



**ANA PATRÍCIA DA  
SILVA CARVALHO**

**COMPREENSÃO NA LEITURA E ALIMENTAÇÃO  
SAUDÁVEL NA EDUCAÇÃO PRÉ-ESCOLAR**





**ANA PATRÍCIA DA  
SILVA CARVALHO**

**COMPREENSÃO NA LEITURA E ALIMENTAÇÃO  
SAUDÁVEL NA EDUCAÇÃO PRÉ-ESCOLAR**

Relatório de Estágio apresentado à Universidade de Aveiro para cumprimento dos requisitos necessários à obtenção do grau de Mestre em Educação Pré-Escolar e Ensino do 1.º Ciclo do Ensino Básico, realizada sob a orientação científica da Doutora Cristina Manuela Sá, Professora Auxiliar do Departamento de Educação da Universidade de Aveiro





## **Dedicatória**

Dedico este trabalho à Dani, porque, mesmo no céu, me deu forças para não desistir nos momentos mais difíceis deste percurso. À minha família, principalmente aos meus pais e às minhas irmãs, pelas palavras e gestos de incentivo e apoio. Ao André, pela força que sempre me deu e por acreditar no meu esforço e trabalho.



## **O júri**

Presidente

Prof.<sup>a</sup> Doutora Maria Gabriela Correia de Castro Portugal  
Professora Associado da Universidade de Aveiro

Prof. Doutor Maria Pedro Balaus Custódio

Professor Adjunto da Escola Superior de Educação de Coimbra  
(arguente)

Prof. Doutor Rui Marques Vieira

Professor Auxiliar da Universidade de Aveiro (arguente)

Prof.<sup>a</sup> Doutora Cristina Manuela Branco Fernandes de Sá

Professora Auxiliar da Universidade de Aveiro (orientadora)



## **Agradecimentos**

Terminado este percurso, cheio de percalços e de dúvidas, mas também de muita felicidade e descoberta, não poderia deixar de agradecer a todas as pessoas que, com o seu contributo, me ajudaram a crescer durante esta longa viagem:

À minha orientadora, Doutora Cristina Manuela Sá, por toda a orientação dada, pela sua disponibilidade, pelo empenho nas incontáveis leituras deste trabalho, pelas sugestões, pelas palavras de incentivo, por todo apoio e compreensão.

Aos meus pais, António e Fátima, que não me deixaram desistir no momento mais difícil do meu percurso académico, pelo apoio dado e pelos sacrifícios feitos para realizar o curso.

Às minhas irmãs, Daniela e Andreia, pela compreensão dos sacrifícios feitos pelos meus pais para me ajudarem.

Ao meu namorado, André, por acreditar em mim e no meu trabalho, pelas palavras de incentivo, pelo seu carinho e compreensão.

À Educadora de Infância, Celeste, orientadora cooperante, pelo seu carinho, por acreditar em mim e me deixar voar.

Às crianças, pelo seu carinho para comigo e porque sem elas a realização deste trabalho não teria sido possível.

E a todos aqueles que não referi, mas que estiveram ao meu lado durante este percurso.

A todos um sincero Obrigada!



**Palavras-chave**

Linguagem oral e Abordagem à Escrita, Conhecimento do Mundo, Alimentação Saudável, Literatura Infantil

**Resumo**

O presente estudo pretendia cruzar a área do Conhecimento do Mundo (Ciências Naturais) e o domínio da Linguagem Oral e Abordagem à Escrita (Leitura).

Pretendia-se promover o conhecimento do mundo (relacionado com a alimentação saudável) em crianças a frequentar a Educação Pré-Escolar (3 a 5 anos de idade), através da exploração de textos de diversos tipos, incluindo álbuns infantis.

Paralelamente, trabalhamos com as crianças estratégias centradas na compreensão na leitura, nomeadamente a identificação de ideias principais de textos e temas a eles associados e a formulação de hipóteses e sua confirmação/infirmação.

Recolhemos dados relativos ao desempenho das crianças em compreensão na leitura e às aprendizagens na área de Conhecimento do Mundo, a partir das atividades em que estas participaram.

A análise de conteúdo dos dados recolhidos revelou que as crianças tinham efetivamente evoluído em termos de compreensão na leitura e adquirido conhecimentos relacionados com a alimentação saudável e hábitos que podem conduzir a uma melhor qualidade de vida.

.  
.





**Keywords**

Transversal approach of the teaching/learning of the mother tongue, Reading Comprehension, Science Education, Kindergarten

**Abstract**

This study aimed to develop competences in reading comprehension and promote the knowledge in Sciences (concerning healthy nutrition) in children attending a kindergarten (3-5 year old) through the use of picture books.

With this purpose, we conceived and applied a didactic intervention which concerned two content areas: mother tongue and sciences.

It was focused on tasks involving the use of certain reading strategies: producing hypotheses before reading, gathering information while reading, validating the hypotheses after reading and identifying main ideas in texts.

We collected data on the performance of the children that took part in this experiment, through the activities included in the didactic intervention. The content analysis of the data revealed that these children had improved in reading comprehension and acquired knowledge concerning healthy nutrition and appropriate behavior for a healthy life.



**Mots-clés**

Approche transversale de l'enseignement/apprentissage de la langue maternelle, Compréhension écrite, Enseignement des Sciences, Jardin d'enfants

**Résumé**

Cette étude avait pour but d'identifier le rôle joué par le recours à certaines stratégies de lecture dans le développement de compétences en compréhension écrite, ainsi que dans l'acquisition de connaissances en sciences à travers le recours à des albums pour enfants.

Par conséquent, on a mené à bout une intervention didactique comprenant des tâches demandant le recours à la formulation d'hypothèses avant la lecture, au recueil d'information pendant la lecture, à la validation des hypothèses posées après la lecture et à l'identification d'idées principales dans les textes. Tous les textes utilisés permettaient d'étudier les caractéristiques d'une alimentation saine. Ce travail a été fait avec des enfants âgés entre 3 et 5 ans.

On a recueilli des données concernant la performance des enfants en compréhension écrite et leurs apprentissages en Sciences, à partir des tâches intégrées dans l'intervention didactique.

L'analyse de contenu des données a révélé que ces enfants avaient amélioré leurs compétences en compréhension écrite à différents niveaux. D'autre part, on a constaté qu'ils avaient acquis des connaissances concernant non seulement des principes pour une alimentation adéquate, mais aussi des conduites à adopter pour mener une vie saine.



## Índice

---

<b>INTRODUÇÃO .....</b>	<b>1</b>
1. Problemática .....	1
1.2. Questões de investigação .....	2
1.3. Objetivos de investigação .....	2
1.4. Metodologia de investigação.....	2
1.5. Organização do relatório .....	3
<b>PARTE I – ENQUADRAMENTO TEÓRICO .....</b>	<b>5</b>
<b>Capítulo 1 – Literatura infantil e educação para os valores.....</b>	<b>7</b>
1.1 Características e funções da literatura infantil .....	7
1.2. Seu contributo para a educação para os valores.....	10
<b>Capítulo 2 – Alimentação saudável .....</b>	<b>13</b>
2.1. Problemas relacionados com a alimentação na sociedade atual .....	13
2.2. Características de uma alimentação saudável.....	16
<b>Capítulo 3 – Desenvolvimento de competências em compreensão na leitura.....</b>	<b>19</b>
3.1. Sua importância no âmbito da Educação Pré-Escolar .....	19
3.2. Estratégias didáticas orientadas para essa finalidade .....	20
<b>PARTE II – ESTUDO EMPÍRICO .....</b>	<b>23</b>
<b>Capítulo 4 – Metodologia de investigação.....</b>	<b>25</b>
4.1. Caracterização do estudo .....	25
4.2. A intervenção didática .....	26
4.2.1. Contextualização.....	26
4.2.2. Organização e implementação .....	29

<b>Capítulo 5 – Análise e interpretação dos dados .....</b>	<b>35</b>
5.1. Relativos ao Conhecimento do Mundo .....	35
5.1.1. Alimentação saudável.....	35
5.1.2. Hábitos para uma vida saudável.....	42
5.2. Relativos ao desenvolvimento da compreensão na leitura .....	59
5.2.1. Identificação de ideias principais de textos e temas a eles associados .....	59
5.2.2. Formulação de hipóteses e sua confirmação/infirmação .....	61
<b>Capítulo 6 – Conclusões e sugestões.....</b>	<b>65</b>
6.1. Conclusões.....	65
6.1.1. Relativas ao Conhecimento do Mundo .....	65
6.1.2. Relativas ao desenvolvimento da compreensão na leitura .....	66
6.2. Sugestões pedagógico-didáticas.....	67
6.2.1. Relativas ao Conhecimento do Mundo .....	67
6.2.2. Relativas ao desenvolvimento da compreensão na leitura .....	68
6.3. Limitações do estudo.....	69
6.4. Sugestões para outros estudos .....	69
<b>Bibliografia.....</b>	<b>71</b>
<b>Webgrafia .....</b>	<b>73</b>
<b>ANEXOS .....</b>	<b>76</b>

## ÍNDICE DE QUADROS

Quadro 1 – Profissões dos pais das crianças	28
Quadro 2 – Classificação do pequeno-almoço das crianças em termos de alimentação saudável	35
Quadro 3 – Classificação das comidas favoritas das crianças em termos de alimentação saudável	38
Quadro 4 – Classificação das sopas do porquinho em termos de alimentação saudável	40
Quadro 5 – Classificação dos alimentos e dos argumentos enumerados pelas crianças em termos de alimentação saudável	41
Quadro 6 – Adequação das sugestões propostas pelas crianças para uma vida e alimentação saudáveis	53
Quadro 7 – Adequação das justificações associadas a sugestões para uma alimentação e uma vida saudáveis	55
Quadro 8 – Desempenho das crianças no reconto da história “A sopa verde”	59
Quadro 9 – Desempenho das crianças na atividade de identificação das sopas presentes no álbum <i>A sopa verde</i>	60
Quadro 10 – Propostas de ordenação das imagens da história <i>A sopa verde</i> apresentadas pelos grupos	61
Quadro 11 – Formulação de hipóteses e sua confirmação/infirmiação para o álbum <i>A sopa verde</i>	62
Quadro 12 – Formulação de hipóteses e sua confirmação/infirmiação para o álbum <i>Petra</i>	63

## **ÍNDICE DE GRÁFICOS**

Gráfico 1 – Hábitos alimentares das crianças em contexto extraescolar (pequeno almoço)	36
Gráfico 2 – Hábitos alimentares das crianças em contexto extraescolar (refeições principais)	38
Gráfico 3 – Argumentos das crianças relativos ao desenho da sua comida favorita	41
Gráfico 4 – Correção das justificações associadas a soluções para uma alimentação e uma vida saudáveis	55

## **ÍNDICE DE FIGURAS**

Figura 1 – As várias doenças associadas à obesidade (Fonseca, 2012: 144)	14
Figura 2 – Roda dos alimentos portuguesa	17
Figura 3 – Sugestões para uma alimentação e uma vida saudáveis e respetivas justificações	46
Figura 4 – Sugestões incompatíveis com uma alimentação e uma vida saudáveis e respetivas justificações	48
Figura 5 – Cartazes relativos às ementas elaboradas pelos dois grupos de crianças	57

## **ÍNDICE DE ANEXOS**

Anexo 1 – Planificações das sessões da intervenção didática	77
Anexo 2 – Fotos das sessões da intervenção didática	98
Anexo 3 – Desenhos relativos às comidas favoritas das crianças	126
Anexo 4 – <i>Webgrafia</i> relativa às fotografias utilizadas no jogo “ <i>Vamos ajudar a Petra</i> ”	137



## **LISTA DE ACRÓNIMOS**

CIAQ	Centro de Infância Arte e Qualidade
UA	Universidade de Aveiro
ATL	Atividades de Tempos Livres
CATL	Centro de Atividades de Tempos Livres
COOFUA	Cooperativa dos Funcionários da Universidade de Aveiro
IPSS	Instituição Particular de Solidariedade Social



## INTRODUÇÃO

### 1. Problemática

O nosso projeto incidiu no tema *Compreensão na leitura e alimentação saudável na Educação Pré-Escolar*.

A motivação para a realização deste projeto de intervenção e investigação decorreu do interesse pessoal que sempre tivemos pelas temáticas exploradas e, principalmente, da preocupação em sensibilizar as crianças para a importância de uma alimentação saudável, uma vez que a obesidade infantil constitui um grave problema de saúde a combater desde as idades mais precoces.

De facto, o número de crianças obesas nas escolas é cada vez mais elevado. Daí que a sensibilização e prevenção se revelem como palavras-chave para resolver este grave problema.

No nosso estudo, trabalhamos a temática da compreensão na leitura por se tratar de um domínio importante, em que é necessário adquirir competências, de modo a facilitar, ao indivíduo, a atribuição de significado aos textos lidos. Neste sentido e como refere Sá (2008: 3), *“a compreensão na leitura é essencial para o sucesso escolar dos alunos e para a sua integração sócio profissional, já que ler e compreender textos são operações importantes no dia-a-dia do cidadão perfeitamente integrado na sociedade”*. Daí a importância de contactar, desde cedo, com produções escritas.

O desenvolvimento de competências em compreensão na leitura surge, neste projeto, associado à exploração de obras de literatura infantil, já que ela trata o tema explorado, numa linguagem acessível às crianças.

Paralelamente à temática da compreensão da leitura, explorámos o tema da *alimentação saudável*, por fazer parte do quotidiano das crianças e pela sua importância na vida do ser humano.

Desta forma, planeámos as atividades a desenvolver em cada sessão, de modo a desenvolver nas crianças competências em compreensão na leitura e, simultaneamente, levá-las a refletir sobre a alimentação correta e os princípios para uma vida saudável, consolidando assim, os seus conhecimentos sobre esta temática.

## **1.2. Questões de investigação**

O nosso estudo visava encontrar respostas para as seguintes questões de investigação:

- Será possível conceber, implementar e avaliar uma intervenção didática centrada na exploração de obras da literatura infantil, com crianças a frequentar a Educação Pré-Escolar, para:

- Abordar, de forma problemática, questões relacionadas com uma alimentação saudável?
- Desenvolver a sua compreensão na leitura?

## **1.3. Objetivos de investigação**

Era nosso objetivo, a partir da exploração de obras da literatura infantil, com crianças a frequentar a Educação Pré-Escolar, conceber, implementar e avaliar uma intervenção didática centrada:

- em questões problemáticas relacionadas com uma alimentação saudável;
- no desenvolvimento de competências em compreensão na leitura.

## **1.4. Metodologia de investigação**

De forma a encontrar respostas para as nossas questões de investigação e verificar se os objetivos propostos tinham sido atingidos, adotámos uma metodologia de cariz qualitativo.

No decorrer do nosso estudo, recorreremos a uma abordagem de estudo de caso, com contornos de investigação-ação, que nos possibilitou investigar criticamente a nossa prática, para tentar concebe-la e implementá-la de modo fundamentado e para realizar a sua devida avaliação.

A intervenção didática levada a cabo abrangeu cinco sessões, levadas a cabo num jardim-de-infância, com um grupo de crianças de idades compreendidas entre os 3 e os 5 anos.

Os dados do nosso estudo foram recolhidos durante as sessões, a partir de registos escritos (relativos a respostas a respostas dadas oralmente pelas crianças às perguntas

formuladas), de um registo áudio (referente a uma das atividades de reconto) e de desenhos por elas produzidos.

### **1.5. Organização do relatório**

O presente relatório está dividido em duas partes.

Na primeira, faz-se a apresentação do enquadramento teórico, em três capítulos: o primeiro trata do papel desempenhado pela literatura infantil na educação para os valores; o segundo, da alimentação saudável e o terceiro, do desenvolvimento de competências em compreensão na leitura.

A segunda parte, relativa ao estudo empírico, também compreende três capítulos.

Começa por um capítulo consagrado à apresentação da metodologia de investigação usada, seguida pela caracterização do contexto educativo onde foi realizada a intervenção didática e pela descrição sumária das atividades realizadas durante o seu decurso. No quinto capítulo, passa-se à análise e interpretação dos dados recolhidos, relativos ao Conhecimento do Mundo e ao desenvolvimento da compreensão na leitura. O sexto capítulo é dedicado à apresentação das conclusões e das sugestões pedagógico-didáticas e ainda à reflexão sobre as limitações do estudo e possíveis prolongamentos do mesmo.

Por último, apresenta-se a bibliografia e webgrafia utilizadas na realização deste projeto e os anexos.



## **PARTE I – ENQUADRAMENTO TEÓRICO**





## Capítulo 1 – Literatura infantil e educação para os valores

### 1.1 Características e funções da literatura infantil

A nossa revisão da bibliografia relacionada com este tema permitiu-nos constatar que são vários os autores que se debruçam sobre este mundo, refletindo sobre o seu conceito, gênese e evolução.

Antes de mais, apercebemo-nos de que há alguma polémica em torno do conceito de literatura infantil/para a infância.

Referindo-se a este conceito, Rodrigues (2007: 164, citando Alice Gomes) afirma que *“há quem defenda o conceito de que literatura é só uma, e que os livros para crianças, com qualidade de escrita, se podem pôr a par dos livros que os adultos lêem. No entanto, para a infância, são necessárias características especiais que dizem respeito aos temas e às linguagens.”*

Na perspetiva de Aguiar e Silva (1981: 11), *“o aparecimento, no âmbito da chamada ‘literatura escrita’, de textos de literatura infantil constitui um fenómeno historicamente recente, mas as raízes da literatura infantil produzida e recebida oralmente afundam-se na espessura dos tempos e apontam para matrizes várias: mitos, crenças e rituais religiosos [...], símbolos ligados ao trabalho e às suas relações com os ciclos de vida da natureza, acontecimentos históricos... Narrativas, canções, adivinhas, etc., destinadas a educar e a satisfazer ludicamente as crianças têm circulado assim oralmente, desde há muitos séculos, por toda a Europa, transmigrando de região para região, sofrendo alterações ou modulações em função das épocas, dos espaços geográficos e das comunidades sociais, sem que se lhes possa assinalar quase nunca uma autoria razoavelmente identificada [...]”*.

Para Ramos (2007: 67), a literatura para a infância é toda *“a produção literária que tenha um destinatário preferencial – a criança, definido, sobretudo, por uma determinada faixa etária”* e que *“apesar de se destinar a um público consideravelmente jovem, pode ser concebida como uma produção em tudo semelhante (do ponto de vista da qualidade, do rigor e do sentido estético e artístico) à que é produzida para adultos”*.

Rodrigues (2008: 24) fala de *“literatura para crianças (por influência francófona, littérature pour les enfants), literatura para crianças e jovens (da expressão espanhola, literatura para niños y jóvenes), literatura infanto-juvenil, ou ainda, literatura infantil”*.

Relativamente ao seu estatuto, considera que *“apesar da literatura para a infância ter suscitado algumas questões e discussões sobre o seu estatuto no universo literário, pela valorização de um público explícito e específico, não podemos menosprezar a existência desta área da produção literária que tem vindo a desenvolver-se e a assumir uma crescente importância em vários domínios”* (Rodrigues, 2008: 24).

Tem-se discutido também a questão das finalidades da literatura para a infância.

Segundo Ramos (2009), a literatura para a infância ou literatura infantil *“tem origem na literatura oral e tradicional”* e o seu aparecimento está associado à *“necessidade de educar e formar as crianças”*, desenvolvendo-se, principalmente, *“a partir dos finais do século XVIII, associada à ‘revolução da leitura’”*. Esta autora refere ainda que *“por se destinar a um público infantil, foi, durante muito tempo, considerada como uma literatura menor”*.

Relativamente às funções da literatura infantil, segundo Aguiar e Silva (1981: 11), as obras de literatura infantil devem *“educar e satisfazer ludicamente as crianças”* e têm como características essenciais as *“marcas semânticas da excepcionalidade, do enigma, do insólito e do sortilégio e configura-se muito frequentemente como um mundo contrafactual, onde estão derogadas todas as leis, regras e convenções do mundo empírico e da vida humana, salvo respeitante à superioridade intrínseca do bem sobre o mal, do amor sobre o ódio e da justiça sobre a injustiça”*. Defende ainda que esta é essencial *“na modelização do mundo, na construção dos universos simbólicos, na convalidação de sistemas de crenças e valores”* (ibidem) e que *“esta função modelizadora, indissoluvelmente ligada à imaginação, à fantasia e ao prazer lúdico, manifesta-se de modo específico na exploração das virtualidades da língua que muitos textos de literatura infantil realizam com surpreendente criatividade”*. (op cit: 14).

Já Manzano (1988: 54-55) refere que a literatura infantil *“tem como função oferecer um espaço lúdico a partir do qual promove uma corrente de comunicação em múltiplas direções: o mundo da palavra, do mito, da imagem, das estruturas narrativas, da musicalidade, da linguagem e do verso, das renovações criativas que a comunicação gestual e dramática oferecem”*.

Ainda no que diz respeito às funções à literatura infantil, é possível ler-se, numa brochura do Projeto *Ler para crescer*, que as suas principais funções são as seguintes (Ramos e Oliveira, s.d.):

- i) *“formar a criança, transmitindo-lhe conceitos relevantes e valores”;*
- ii) *“divertir e entreter a criança”;*
- iii) *“desenvolver competências sociais, linguísticas, narrativas e literárias muito importantes para a sua formação como indivíduo”.*

Para Ramos (2009), a literatura infantil apresenta essencialmente três características:

- i) *“a vertente estética”,* que diz respeito à obra vista como produto de uma arte;
- ii) *“a vertente lúdica”,* em que a obra se apresenta como jogo e brincadeira;
- iii) *“a vertente pedagógica”,* em que a obra é tida como objeto de formação, informação e educação para diversos temas.

Manzano (1988: 28-29) cita vários autores que apontam diferentes características da literatura infantil, tais como:

- i) *“entusiasmo e criatividade”* (Gorki);
- ii) *“simplicidade, verdade, transparência e beleza”* (Sánchez Silva);
- iii) *“criatividade e procura do mistério”* (Montserrat del Amo);
- iv) *“beleza, bondade e ternura”* (Maria Luisa Gefaell);
- v) *“linearidade, brevidade e clareza expressiva”* (Miguel Delibes).

Já Rousseau (citado por Simões, 1978: 7) considerava que a literatura infantil deveria servir para *“formar o coração e o espírito”,* partindo dos *“factos (bons e maus) que a criança tenha experimentado”,* pelo que terá de se basear numa *“moral de ação e não numa moral formal”.* E, para Petrini (citado em Manzano, 1988: 25), a literatura infantil deveria *“satisfazer a fantasia da criança; criar-lhe um mundo rico em possibilidades recreativas e gratificantes; dar entrada, sem complexos, aos interesses morais, sociais e técnicos; facilitar um deleite estético adequado à idade dos leitores”.*

Alguns dos segredos e potencialidades que as crianças começam a descobrir e a conhecer de forma intuitiva através da leitura de produções de literatura infantil que realizam ou das leituras que lhes são oferecidas em voz alta realizadas por outrem são, para Aguiar e Silva (1981: 14), os *“efeitos rítmicos, jogos semânticos, aliteraões, sugestões fono-icónicas, exercícios de dicção com sequências difíceis ou raras de fonemas, ilustração dos matrizes semânticos das palavras, revelação da força expressiva e comunicativas das metáforas”.* Para este autor, o livro infantil constitui *“um complexo e subtil ‘laboratório linguístico’ para as crianças” (ibidem).*

Para Simões (1978: 8), a literatura infantil *“deve constituir um momento de recreação, no duplo sentido que o termo comporta: promoção da atividade lúdica (e do prazer que dela advém) e recreação, isto é, reformulação criativa ou criadora que é, exercício lúdico pleno”*. Refere ainda que *“deverá permitir à criança que sonhe, imagine”*.

Segundo Gomes (2006: 5) as obras de literatura infantil são um dos melhores instrumentos de que dispomos para *“proporcionar aos mais novos a possibilidade de se tornarem seres humanos mais livres e cultos, solidários e críticos”*.

É ainda de referir que, no âmbito da literatura infantil, os textos de índole narrativa ocupam um lugar de destaque.

Segundo Gomes (2004) o contacto com a narrativa permite à criança:

i) *“a construção de “mundos”, assente nas virtualidades da palavra e da imaginação”;*

ii) *“o convívio com uma forma, enraizada na tradição, de modelar o ‘real’ e exprimir ideias, valores e mundividências”;*

iii) *“o acesso a um discurso estruturado em cujo conteúdo adquirem relevo as noções de personagem e ação, espaço e tempo, causa e consequência”;*

iv) *“a observação de como tais noções se materializam e articulam no plano textual”*.

O mesmo autor refere ainda que o contacto com o livro é um *“modo privilegiado de enriquecer o léxico e a sintaxe, dando a conhecer expressivas formas de dizer e narrar, proporcionando o desenvolvimento da competência linguística, da competência narrativa e de uma competência literária ...”* (Ibidem).

## **1.2. Seu contributo para a educação para os valores**

Segundo Balça (2008: 2), *“Os textos de literatura infantil não são inocentes, e para além de encerrarem em si mesmos valores literários e valores estéticos, estão igualmente impregnados de valores sociais e de valores éticos”*.

Existem inúmeras formas de educar as crianças para os valores em contexto formal, no qual a escola ocupa um lugar de destaque.

Uma delas (por nós escolhida para a implementação deste projeto) pode ter como base a exploração de obras de literatura infantil, uma vez que estas têm um importante papel na educação para os valores. De facto, através de um diálogo coloquial, afetivo e

próximo da criança, de modo a que lhe seja possível compreender a mensagem que se pretende transmitir, consegue-se desenvolver nesta a sensibilidade e o gosto pelas palavras e pelas histórias e ainda transmitir valores como a solidariedade, a justiça, a tolerância, o respeito, a verdade, entre muitos outros. Logo, o trabalho com histórias é muito importante.

Como defende Veloso (2003: 80) *“o livro deve estar ao lado do biberão”* e *“é um instrumento precioso para alimentar um tempo de descoberta e conquista”* (ibidem).

Para Gomes (2006: 4), a leitura é *“uma das atividades que mais contribuem para o desenvolvimento das diferentes facetas da personalidade”*, o livro *“um instrumento insubstituível para a permanente formação intelectual, moral, afetiva e estética do leitor...”* e *“o hábito de ler, na criança, desperta e estimula a imaginação, fomenta e educa a sensibilidade, provoca e orienta a reflexão e cultiva a inteligência”* (ibidem).

No programa *“Está na hora dos livros”*<sup>1</sup>, destinado a crianças a frequentar o jardim-de-infância, afirma-se que *“ouvir contar histórias na infância leva à interiorização de um mundo de enredos, personagens, situações problemas e situações, que proporcionam às crianças um enorme enriquecimento pessoal...”* (Ministério da Educação, 2006: 5).

O mesmo documento (Ministério da Educação 2006: 8) refere ainda que a leitura de histórias *“pode contribuir para que os alunos tomem consciência e analisem problemas do dia-a-dia que os afetem pessoalmente ou que afetem outras pessoas, apurando a compreensão de si próprios e do mundo que os rodeia [...] para que se tornem mais atentos e tolerantes”*

Segundo Azevedo (2006: 42), através da literatura, *“a criança é sensibilizada para a existência positiva da diferença, compreendendo que o mundo pode ser percebido de múltiplas formas, formas essas que, apesar da sua diferença e diversidade, são igualmente legítimas e importantes na própria definição do homem ...”*.

No nosso estudo, pretendíamos apoiar-nos na literatura infantil para transmitir valores relacionados com a prática de uma alimentação saudável.

---

<sup>1</sup> [http://www.planonacionaldeleitura.gov.pt/escolas/uploads/formacao/brochura\\_david.pdf](http://www.planonacionaldeleitura.gov.pt/escolas/uploads/formacao/brochura_david.pdf)



## Capítulo 2 – Alimentação saudável

### 2.1. Problemas relacionados com a alimentação na sociedade atual

Uma característica importante da sociedade atual corresponde à propensão para se fazer uma alimentação que não é saudável. Daqui resulta o aparecimento de cada vez mais casos de obesidade infantil.

No *site* do Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável<sup>2</sup>, encontra-se um texto produzido com a colaboração de Maria João Gregório (s.d., para. 1), onde se pode ler que *“as proporções epidémicas da obesidade levam a considerar a obesidade como um dos principais problemas de saúde pública das sociedades atuais. Em Portugal, cerca de 32% das crianças com idades compreendidas entre 7 e 9 anos apresentam excesso de peso, sendo 11% obesas. Além disso, 24% das crianças em idade pré-escolar apresentam excesso de peso e 7% são obesas. Na idade adulta os indicadores são ainda mais preocupantes, uma vez que 50% da população tem excesso de peso, sendo 15% obesa”*. Neste sentido e como refere Fonseca (2012: 143), a médio e a longo prazo, a obesidade *“ameaça hoje a saúde de tal modo que, a manter-se esta tendência, pela primeira vez na história, as crianças de hoje irão ter uma esperança de vida inferior à dos seus progenitores”*.

As causas da obesidade infantil são variadas. O consumo diário de calorias em maior número do que aquelas que são gastas é o grande – senão o principal – responsável pelo excesso de peso nas crianças. De facto, as mudanças de hábitos alimentares introduzidas há alguns – não muitos – anos atrás induzem um maior consumo de *fast-food* e de alimentos pouco nutritivos e a ingestão de bebidas extremamente ricas em açúcar e gordura, nutricionalmente pobres, mas com muitas calorias. A uma dieta desequilibrada junta-se ainda a crescente tendência para o sedentarismo na infância e, como refere Duarte (2012: 71), a *“inatividade será um fator facilitador do desenvolvimento da obesidade”*. Segundo a mesma autora, para combater

---

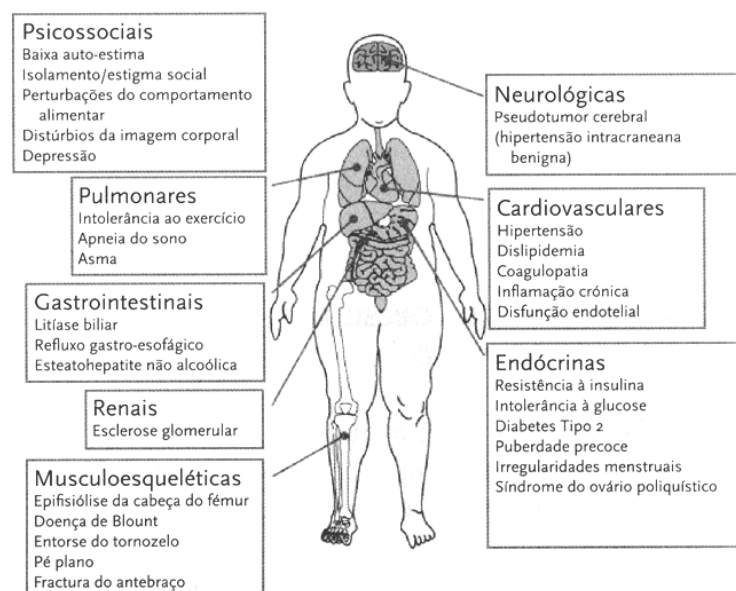
<sup>2</sup> <http://www.alimentacaosaudavel.dgs.pt/PresentationLayer/conteudo.aspx?menuid=507&exmenuid=-1>

esta tendência, é recomendado que as crianças pratiquem em média “duas horas de atividade física diária” (*ibidem*).

As consequências do excesso de peso na vida de uma criança, não só ao nível da saúde, como ao nível social e emocional, não podem ser desprezadas, uma vez que está comprovado que uma criança obesa tende a ser um adolescente obeso e, posteriormente, poderá tornar-se um adulto obeso. Desta forma, os problemas que sente na infância prolongar-se-ão por toda a sua vida.

As complicações mais frequentes derivadas do excesso de gordura corporal são, como refere Fonseca (2012: 144), as “cardiovasculares (hipertensão e aumento das gorduras no sangue) e as metabólicas (alterações do metabolismo do açúcar: alteração da glicose em jejum, hiperinsulinismo, síndrome de resistência à insulina produzida pelo próprio pâncreas e diabetes tipo 2) ”.

Como se pode ver na Figura 1 (Fonseca, 2012: 144), a obesidade na criança é uma doença que atinge quase todos os órgãos e sistemas:



**Figura 1 – As várias doenças associadas à obesidade (Fonseca, 2012: 144)**

Lagacé (1976: 15) refere que “durante os primeiros anos de vida, podemos comparar os alimentos a materiais de construção; se estes são mal escolhidos, mal distribuídos, o crescimento e o desenvolvimento da criança vão-se ressentir”. Ainda segundo esta autora, a “criança bem alimentada é forte, saudável e tem anticorpos defensivos suficientes para fazer face às doenças” (*ibidem*). O mesmo não acontece com



uma criança mal alimentada, que *“cresce, mas não atinge o seu potencial de crescimento e corre o risco de ter má ossatura, maus dentes, uma pele estragada e de adoecer com muita frequência”* (ibidem).

Uma dieta inadequada pode levar ainda à desnutrição, à prevalência de diabetes, ao risco de sofrer de doenças cardiovasculares (como o enfarte ou o acidente vascular cerebral), à prisão de ventre, ao aumento do colesterol, à gastrite e à hipertensão. Segundo Peres (citado por Dias, 2006: 24), *“a alimentação, através do estado nutricional dela resultante, constitui o fator ambiental com maior repercussão na saúde e na duração da vida”*.

Para além das doenças já assinaladas, existem ainda outras relacionadas com *“complicações do foro comportamental e psicológico”* como a *“baixa autoestima, a alteração da imagem corporal, a estigmatização social e os sintomas depressivos”* que podem ter *“uma repercussão muito negativa no desenvolvimento”* (Fonseca, 2012: 146).

Para Lagacé (1976: 15), *“a alimentação tem um papel importante no comportamento intelectual; uma criança que vá para a escola sem se ter alimentado, convenientemente, de manhã não consegue obter um rendimento escolar comparável à que toma regularmente o pequeno-almoço”*. De facto, um dos muitos fatores que levam ao insucesso escolar das crianças e jovens pode resultar de uma pobre, incorreta e desequilibrada alimentação. Uma criança que se mostre frequentemente apática, distraída, triste e cujo rendimento escolar é baixo pode estar a sofrer as consequências de uma alimentação deficitária (cf. Dias, 2006: 24).

Como refere Carvalho, citado por Dias (2006: 25) existem fatores internos e externos aos indivíduos que influenciam os seus hábitos alimentares, sendo eles:

- i) *“fatores sócio-culturais relacionados com a cultura e tradição de cada região”;*
- ii) *“o estilo de vida adotado por cada família faz diversificar os produtos alimentares utilizados nas suas refeições”;*
- iii) *“o custo económico e a disponibilidade de adquirir os produtos”;*
- iv) *“a publicidade desenfreada quer seja através dos mass-media ou de outros meios e, ainda, o aspeto sugestivo que as embalagens apresentam”;*
- v) *“fatores fisiológicos onde se inclui a fome, que varia de indivíduo para indivíduo e as necessidades alimentares, que variam de acordo com a idade, sexo, e a atividade desenvolvida”;*

vi) *“fatores sensoriais (textura, cor, cheiro e sabor dos alimentos) que interferem no apetite”;*

vii) *“fatores psicológicos relacionados com valores, crenças, hábitos, atitudes que dependem da família e do seu estilo de vida; o auto-conceito de cada indivíduo, ou, o sentimento de segurança ou insegurança”.*

Uma boa alimentação, desde o início da vida, contribui para uma juventude e velhice saudáveis. Nos indivíduos que optam por uma alimentação equilibrada, as doenças agudas e crónicas tendem a ser menos frequentes, menos severas e a ter uma duração mais curta (cf. Dias, 2006: 30).

Uma alimentação saudável, consequentemente equilibrada, e a prática regular de exercício físico favorecem uma imagem corporal mais atraente, o que se revela de extrema importância para a autoestima dos indivíduos, conduzindo a um bem-estar psicológico e social ao longo das suas vidas.

## **2.2. Características de uma alimentação saudável**

Uma alimentação saudável deve ser:

- completa, na medida em que devemos consumir alimentos de cada grupo e beber água diariamente;
- variada, dado que devemos consumir alimentos diferentes dentro de cada grupo;
- equilibrada, visto que devemos consumir uma maior quantidade de alimentos que pertencem aos grupos de maior dimensão na roda dos alimentos (como os laticínios, frutas, vegetais e cereais) e menor daqueles que se encontram nos grupos de menor dimensão (como as gorduras, carnes, peixes, ovos e leguminosas);
- aliada ao consumo de água (sendo a sua importância evidenciada por figurar no meio da roda alimentar).

Uma alimentação equilibrada requer a ingestão de alimentos provenientes de cada um dos grupos que figuram na rosa alimentar a cada refeição, variando diariamente, semanalmente e nas diferentes épocas do ano.

Na Figura 2, apresentamos a roda dos alimentos portuguesa:



Figura 2 – Roda dos alimentos (portuguesa)<sup>3</sup>

Como refere Lagacé (1976: 19), a função da alimentação é *“satisfazer as necessidades do organismo e, ao mesmo tempo, satisfazer os desejos do paladar”*, uma vez que *“se não existisse prazer ligado à função de se alimentar, a vida seria insípida”*.

Reforçando as palavras da autora supracitada, Sasseti (2012: 60) fala-nos da importância de variar a alimentação das crianças, já que *“só a variedade permite, por um lado, responder à totalidade das necessidades nutricionais [...], por outro, educar o paladar”*.

Concordo com as palavras das autoras supracitadas, uma vez que, quanto mais se diversificar os tipos de alimentos oferecidos às crianças, proporcionando desta forma o contacto com sabores e texturas diferentes, mais fácil será levá-las a gostar dos seus sabores e mais probabilidades haverá de elas virem a seguir uma alimentação equilibrada na infância e manterem esses bons hábitos alimentares durante a sua vida adulta.

<sup>3</sup> <http://www.mimosa.com.pt/cnam/alimentacao-vida-saudavel/roda-dos-alimentos-actual/>

De forma a garantir uma adequada oferta energética, Rego (2012: 162) apresenta dez dicas para crescer de uma forma equilibrada e saudável:

- 1- *“Comer obrigatoriamente cinco refeições por dia, não saltando nenhuma, particularmente o pequeno-almoço”;*
- 2- *“Comer pouco de cada vez, ou seja, porções pequenas”;*
- 3- *“Não repetir as doses”;*
- 4- *“Comer devagar, mastigando lentamente, de forma a aproveitar em família o momento da refeição”;*
- 5- *“Beber só água durante a semana; deixar os sumos (naturais, com ou sem gás) para o fim de semana ou festas”;*
- 6- *“Evitar cereais refinados (pão de forma, bolos de padaria...), bem como cereais de ...”;*
- 7- *“Não exceder na ingestão diária de leite ou derivados (iogurte, queijo) os 500-750 mililitros até aos 12 meses e 300-500 mililitros a partir dessa idade”;*
- 8- *“Comer legumes ao início do almoço e jantar, como seja na sopa”;*
- 9- *“Não exceder a medida reduzida da palma da mão em carne ou peixe, numa refeição diária”;*
- 10- *“Comer duas a três peças de fruta de tamanho médio por dia, variando a qualidade”.*

## Capítulo 3 – Desenvolvimento de competências em compreensão na leitura

### 3.1. Sua importância no âmbito da Educação Pré-Escolar

Para falar da importância do desenvolvimento de competências em compreensão na leitura, importa, antes de mais, perceber o que significa leitura.

Sim-Sim (2007: 7) refere que ler é *“compreender, obter informação, aceder ao significado do texto”*. E ainda que *“por compreensão na leitura entende-se a atribuição de significado ao que se lê, quer se trate de palavras, de frases ou de um texto. [...] o importante na leitura é a apreensão do significado da mensagem...”* (ibidem).

Para Sá (2004: 14, citando Weaver), ler *“é decifrar as palavras num texto, identificar palavras, situar as palavras no contexto em que aparecem e atribuir-lhes significado nesse contexto específico. Ler implica ser capaz de compreender, ou seja, de extrair sentido do texto.”*

Em suma, as autoras supracitadas associam a compreensão na leitura à capacidade de dar sentido ao que se lê, o que passa além da mera decifração (embora não possa haver compreensão na leitura sem decifração do texto).

Manzano (1988: 13) refere que a tarefa de conduzir a criança na aventura de ler *“cabe a todos os pais, professores e educadores. E é uma tarefa de toda a vida e de muitos momentos.”* Levar a criança nesta aventura *“é abri-la a mil possibilidades e oferecer-lhe uma alternativa importante, a alternativa de pensar, de contemplar, de se aproximar do mundo da fantasia, da aventura, da realidade e do mistério”* (ibidem). Uma criança tende a tornar-se um leitor assíduo, se *“formos capazes de estimular nela o desejo e o gosto pelos livros, pela literatura escrita para ela, pela imagem que expressa o primeiro elo nesta apaixonante aventura de ler a fundo, de ler e entender, de refletir e gozar e viver as mil situações e peripécias em que os livros nos iniciam, em que a literatura nos faz penetrar”* (Manzano, 1988: 15).

Segundo Poslaniec (2006: 10-12), se pretendemos incutir o prazer de ler nas crianças, temos de ter em conta os seguintes aspetos:

- i) *“propor-lhes uma escolha muito variada de livros”;*
- ii) *“propor-lhes livros que se dirijam ao imaginário”;*
- iii) *“não os obrigar a ler”;*

iv) “não os obrigar a dar conta da leitura a não ser para saber se eles efetivamente leram e compreenderam”;

v) “não censurar as leituras deles nem lhes dar a impressão, através das nossas atitudes, de que reprovamos este ou aquele livro, esta ou aquela coleção”;

vi) “não impor a uma criança um sentido canónico para um texto”;

vii) “não impor à criança um ritmo de leitura, como acontece na ‘leitura integral’”.

Sim-Sim (2007: 11) refere ainda que, no ensino da compreensão da leitura, devem estar contempladas “*intervenções pedagógicas que visem estratégias específicas para a aprendizagem da leitura, a promoção para o desenvolvimento linguístico dos alunos, a estimulação do seu comportamento como leitores e a ampliação do conhecimento experiencial que possuem sobre a vida e sobre o Mundo*”. Refere também que este ensino da compreensão da leitura se inicia ainda antes de a criança saber decifrar, quando é explorado com ela o conteúdo do texto, ou seja, quando “*a deixamos ler histórias através da nossa própria voz*” (*ibidem*).

Segundo Veloso (2006: 6), os educadores que adotam uma dinâmica de leitura e realizam a sua devida e merecida animação, por exemplo através da “*hora do conto*”, um “*momento mágico em que o adulto e as crianças saboreiam o prazer da história lida e/ou contada*”, têm melhores resultados, dado que as crianças cuja imaginação é regularmente estimulada desenvolvem grande curiosidade e apuram o seu espírito crítico.

Mas não basta motivar as crianças para a leitura, nem ler histórias para elas. É preciso explorar com elas as situações de leitura, para desenvolver nelas a compreensão na leitura e lhes dar conhecer e fazer utilizar estratégias essenciais subjacentes ao ato de ler.

### 3.2. Estratégias didáticas orientadas para essa finalidade

O domínio da leitura é abordado nas *Orientações curriculares para a Educação Pré-Escolar* (Ministério da Educação, 1997) e associado ao conceito de *literacia*, entendida como a capacidade de “*interpretação e tratamento da informação*”. No mesmo contexto, refere-se a leitura de livros, mas também a leitura da realidade e de imagens.

Ainda neste documento, é referido que “*as histórias lidas ou contadas pelo educador, recontadas e inventadas pelas crianças (...) são um meio de abordar o texto*

*narrativo que (...) suscitam o desejo de aprender a ler” (Ministério da Educação, 1997: 70) e que “na leitura de uma história o educador pode partilhar com as crianças as suas estratégias de leitura, por exemplo, ler o título para que as crianças possam dizer do que trata a história, propor que prevejam o que vai acontecer a seguir, identificar os nomes e as atividades dos personagens... Procurar com as crianças informações em livros, cujo texto o educador vai lendo e comentando de forma a que as crianças interpretem o sentido, retirem as ideias fundamentais e reconstruam a informação (...).” (Ibidem).*

A passagem acima citada permite-nos compreender que existem estratégias didáticas orientadas para o desenvolvimento da compreensão na leitura.

Sá (2009) refere as seguintes:

i) *Trabalhar a apreensão de ideias veiculadas pelos textos lidos* recorrendo a *atividades centradas em elementos do texto e nas ligações entre eles e em ideias veiculadas pelos elementos do texto*. Dentro das estratégias apresentadas pela autora, para explorar este tópico, seleccionámos as seguintes, por estarem relacionadas com o nosso estudo:

- *fazer previsões*, uma vez que foi solicitado, às crianças, em diversas sessões do nosso estudo, que previssem o conteúdo da obra apresentada;

- *recontar o texto*, dado que sempre solicitámos o reconto após a leitura das obras exploradas;

- *responder a perguntas sobre o texto*, uma vez que questionávamos sempre as crianças sobre aspetos pertinentes das obras exploradas.

ii) *Trabalhar a identificação das ideias principais veiculadas pelos textos lidos, privilegiando atividades centradas na identificação do tema do texto e na distinção entre as suas ideias principais e secundárias*. Dentro destas, seleccionámos as seguintes, por estarem relacionadas com o nosso estudo:

- *identificar o tema do texto a partir do seu título*, dado que solicitámos sempre às crianças que realizassem previsões sobre o tema/conteúdo da obra explorada a partir do seu título e também da capa e algumas ilustrações (no caso da obra *Petra*);

- *formular/responder a perguntas sobre o texto lido*, uma vez que dávamos sempre tempo às crianças para fazerem perguntas sobre as obras que com elas explorámos e

responderem a essas ou outras questões que se revelassem pertinentes no decorrer dos diversos diálogos realizados antes e após a sua leitura.

Sim-Sim (2007) também menciona um conjunto de estratégias a serem utilizadas antes, durante e após a leitura dos textos.

Dentro das que devem ser utilizadas antes de se iniciar a leitura, selecionámos *“antecipar conteúdos com base no título e imagens, no índice do livro, etc.”* (Sim-Sim, 2007: 15), dado que, como já referimos anteriormente, solicitámos sempre às crianças que fizessem previsões sobre o conteúdo das histórias exploradas nas sessões da nossa intervenção didática, tendo em conta a capa, o título e algumas das suas ilustrações.

Não recorremos a nenhuma estratégia que esta autora (Sim-Sim, 2007) considera importante utilizar durante a leitura, por considerarmos que não se relacionavam com o nosso estudo.

Por último, dentro das estratégias a utilizar após a leitura (Sim-Sim, 2007), selecionámos as seguintes para o nosso estudo:

- *“formular questões sobre o lido e tentar responder”*, visto que, como já referimos anteriormente, era dado tempo às crianças para formular questões sobre a história explorada;

- *“confrontar as previsões feitas com o conteúdo do texto”*, pois, em diversas sessões, foi realizado um quadro com as previsões realizadas pelas crianças sobre a história e, após a sua leitura, verificávamos se essas previsões correspondiam ou não ao que era referido no texto estudado.



## **PARTE II – ESTUDO EMPÍRICO**



## Capítulo 4 – Metodologia de investigação

### 4.1. Caracterização do estudo

No presente capítulo, apresentamos a metodologia de investigação utilizada no nosso estudo.

De forma a encontrar respostas para as nossas questões de investigação e verificarmos se os objetivos propostos tinham sido atingidos, adotámos uma metodologia de cariz qualitativo, *“que tem como objetivo a compreensão dos significados atribuídos pelos sujeitos às suas ações num dado contexto”*, como refere Craveiro (2007: 202). Com esta abordagem pretende-se *“interpretar em vez de mensurar e procura-se compreender a realidade tal como ela é, experienciada pelos sujeitos ou grupos a partir do que pensam e como agem (seus valores, representações, crenças, opiniões, atitudes, hábitos)”* (Ibidem).

No decorrer do nosso estudo, recorreremos a uma metodologia de estudo de caso com contornos de investigação-ação, que nos possibilitou investigar criticamente a nossa prática, para a tentar conceber e implementar de modo fundamentado e para realizar a sua devida avaliação. Neste tipo de metodologia, segundo Coutinho (2008, para. 3), existe *“um conjunto de fases que se desenvolvem de forma contínua que [...] se resumem na sequência: planificação, ação, observação (avaliação) e reflexão (teorização)”* e pretende-se *“operar mudanças nas práticas tendo em vista alcançar melhorias de resultados”*.

Assim, planeámos, realizámos e avaliámos uma intervenção didática, levada a cabo com um grupo de vinte e uma crianças, com idades compreendidas entre os três e os cinco anos, no CIAQ/Centro de Infância Arte e Qualidade, em Aveiro.

As atividades, centradas em obras de literatura infantil, tinham como objetivo abordar questões relacionadas com a prática de uma alimentação saudável e desenvolver a compreensão na leitura nestas crianças. Foram realizadas em horário letivo, englobando diversas áreas de conteúdo: Formação Pessoal e Social, Conhecimento do Mundo e, dentro da área de Expressão e Comunicação, os domínios das Expressões Motora, Dramática e Plástica e da Linguagem Oral e Abordagem à Escrita.

Recolhemos e analisámos dados relativos à alimentação, cuja análise de conteúdo nos permitiu identificar e caracterizar o tipo de alimentação preferido das crianças e

verificar se estas tinham apreendido alguns princípios essenciais sobre alimentação e hábitos de vida saudáveis.

Foram também recolhidos e analisados dados relativos ao desempenho das crianças em compreensão na leitura, focados em certos aspetos: apreensão das ideias veiculadas pelos textos lidos, identificação das ideias principais desses mesmos textos e de temas a eles associados e formulação de hipóteses e sua confirmação/infirmação. A sua análise de conteúdo permitiu constatar que as crianças tinham efetivamente desenvolvido algumas competências neste domínio.

Procedemos ainda à contextualização do nosso estudo empírico e à descrição das sessões em que o desenvolvemos.

## **4.2. A intervenção didática**

### **4.2.1. Contextualização**

A nossa intervenção didática, concebida no âmbito do Seminário de Investigação Educacional A2, foi levada a cabo no contexto onde decorreu a nossa Prática Pedagógica Supervisionada A2 – a Sala heterogénea 3 do Centro de Infância de Arte e Qualidade (CIAQ) –, no ano letivo de 2012/13.

O CIAQ situa-se na cidade de Aveiro, que faz parte da sub-região do Baixo Vouga, localizada entre o Oceano Atlântico e as zonas montanhosas dos distritos adjacentes. É uma cidade dinâmica de média dimensão, ligada ao comércio e aos serviços, situada numa região de grande desenvolvimento industrial.

Aveiro exhibe uma paisagem muito variada, incluindo a ria, com os seus canais – que tornam a cidade conhecida como a “Veneza de Portugal” – e as salinas. É um dos destinos mais encantadores do país, graças aos seus coloridos moliceiros, aos edifícios em tons pastel de estilo Arte Nova e à sua tranquila atmosfera urbana. As extensas praias e os inúmeros espaços verdes são marcos de uma cidade jovem e dinâmica com muito para oferecer a quem a visita.

O CIAQ é uma IPSS (Instituição Particular de Solidariedade Social), fundada no ano de 1980 por pais e funcionários do Hospital Distrital de Aveiro. Na altura, tinha apenas a valência de ATL, que funcionava em instalações cedidas pelo hospital.

Inicialmente acolhia cerca de quarenta crianças, número que foi aumentando progressivamente, passando a ser subsidiada pelo Centro Regional de Segurança Social. Todavia, em 1990, o Ministério da Saúde decretou o encerramento de todos os infantários dos hospitais, pelo que o CIAQ teve de desocupar as instalações.

Exatamente nessa altura, a Universidade de Aveiro, em fase de crescimento, pretendia tornar o seu Campus Universitário numa estrutura que prestasse serviços ao nível da educação de infância. Assim, em 1990, o CIAQ e a COOFUA (Cooperativa dos Funcionários da Universidade de Aveiro) estabeleceram um protocolo, que implicava a utilização de um edifício situado no Campus, para as atividades do primeiro, ficando este obrigado a reservar parte das suas vagas para filhos de funcionários da universidade.

Em 1997, este protocolo foi substituído por um outro com a Universidade de Aveiro e com a COOFUA (contrato de comodato), obrigando o CIAQ a reservar vagas para filhos de funcionários e alunos da UA, que mantivessem um vínculo com esta por um período igual ou superior a um ano. As restantes vagas destinam-se ao exterior, respeitando-se deste modo os acordos estabelecidos entre o CIAQ e o Centro Regional de Segurança Social.

Hoje em dia, o CIAQ é composto por três valências: Creche, com capacidade para 96 bebés, Educação Pré-escolar, com capacidade para 110 crianças, e CATL, com capacidade para 90 crianças.

Funciona em dois edifícios distintos: o CIAQ 1 (edifício sede) e o CIAQ 2 (Pólo 2, no Pavilhão I da Universidade de Aveiro). É neste último que se encontra a sala heterogénea 3, onde desenvolvemos as nossas atividades de Prática Pedagógica Supervisionada A2.

Do grupo da Sala 3, faziam parte 21 crianças: 11 do género masculino e 10 do género feminino. Sendo a sala heterogénea, o grupo incluía seis crianças com 3 anos, oito com 4 anos e sete com 5 anos. Os principais interesses destas crianças eram: a narração de histórias, a exploração do espaço exterior, a música, a dança e os jogos em grupo.

Como é possível observar no quadro abaixo, a maioria dos pais tinha curso superior e eram docentes ou membros do quadro técnico da Universidade de Aveiro:

Crianças	Mãe	Pai
1	Monitora	Administrativo
2	Técnica superior	Investigador PT

3	Investigadora em biologia	Gestor UA
4	Investigadora	Investigador
5	Engenheira cerâmica	Técnico informático UA
6	Investigadora	PT Inovação
7	Investigadora	Diretor de loja
8	Médica	Gestor REFER
9	Professora do ensino secundário	Delegado de informação médica
10	Geógrafa	Engenheiro PT
11	Técnica superior UA	Professor UM
12	Assistente Técnica UA	GNR
13	Estudante UA	Estudante UA
14	Engenheira cerâmica	Docente UA
15	Assistente social	Engenheiro civil
16	Enfermeira	Docente UA
17	Docente UA	Docente UA
18	Docente UA	Engenheiro Sonae
19	Técnica UA	Técnico informático UA
20	Técnica formadora UA	Técnico informático UA
21	Bancária BPI	Diretor de serviços

**Quadro 1 – Profissões dos pais das crianças**

Na altura em que o nosso projeto foi desenvolvido, o CIAQ oferecia às crianças que o frequentavam um conjunto de atividades extracurriculares: música, dança, natação e karaté. As aulas de todas elas decorriam nas suas instalações, à exceção das de natação, que tinham lugar na piscina do Sporting Clube de Aveiro. Eram acompanhadas por profissionais com formação específica. Grande parte das crianças frequentava duas das atividades extracurriculares mencionadas.

Ao nível dos recursos humanos, na sala heterogénea 3, podíamos encontrar uma equipa constituída por uma educadora de infância e duas auxiliares de ação educativa, às quais se juntaram a signatária deste relatório e a sua colega de Prática Pedagógica Supervisionada A2.

A sala heterogénea 3 encontrava-se dividida em cinco “cantinhos”: da casinha, das histórias, das artes plásticas, dos jogos de mesa e da manta.

Todos eram utilizados/procurados pelas crianças, ao longo do dia. Estas tinham a liberdade de escolher o cantinho onde queriam estar e podiam trocar quando bem entendessem.

O cantinho da casinha incluía um fogão, uma banca, um frigorífico, uma mesa, cadeiras, acessórios de cozinha e ainda uma cama e roupas para as crianças brincarem ao faz de conta.

O cantinho das histórias dispunha de diversas obras sobre temáticas variadas.

O cantinho das artes plásticas disponibilizava material de pintura e trabalhos manuais, que as crianças podiam utilizar sem solicitar a ajuda de um adulto.

O cantinho dos jogos de mesa incluía mesas e cadeiras e um móvel com puzzles e jogos de tabuleiro.

O cantinho da manta apresentava uma manta em esponja tipo puzzle e almofadas. Era neste espaço que a educadora interagia com as crianças, através do diálogo sobre acontecimentos/situações que estas e/ou ela própria queriam partilhar e ainda da exploração de histórias, de canções, etc. Este espaço (a manta) tinha ainda outra utilidade: servia para as crianças brincarem com jogos de construção como os legos.

No espaço exterior, as crianças encontravam infraestruturas próprias de parques infantis (pequena parede de escalada, escorrega, cavaleiro,...), que lhes permitiam brincar ao ar livre.

#### **4.2.2. Organização e implementação**

A intervenção didática dividiu-se em cinco sessões, realizadas no decorrer do ano letivo de 2012/13. São devidamente descritas de seguida.

Em anexo, apresentamos as planificações elaboradas no âmbito da Prática Pedagógica Supervisionada A2 (cf. Anexo 1), algumas fotos das várias sessões da nossa intervenção didática (cf. Anexo 2) e os desenhos da comida favorita de cada criança (cf. Anexo 3).

##### **4.2.2.1. Primeira sessão**

A primeira sessão do projeto, realizada no dia 19 de novembro de 2012, começou por um diálogo sobre a alimentação, na *hora da manta*. As crianças foram questionadas sobre o que tinham comido ao pequeno-almoço e quais as suas comidas favoritas.

De seguida, foi-lhes apresentado o álbum *A sopa verde*, com texto e ilustrações de Chico, editada pela extinta Âmbar. Partindo do título e da capa do álbum, as crianças foram convidadas a formular hipóteses sobre a história.

Seguidamente, lemos o álbum em voz alta, mostrando as ilustrações, e depois passámos à sua exploração, interrogando as crianças sobre as personagens e a mensagem

que nos transmite o porquinho, que desempenha as funções de protagonista da história contada por este álbum.

Terminada a leitura, solicitámos o reconto da história a uma criança, que o fez com a nossa ajuda e a das restantes crianças. Pretendíamos determinar se estas tinham compreendido a história lida. O reconto serviu também de base à confirmação/infirmação das hipóteses formuladas inicialmente pelas crianças.

Para terminar as atividades da manhã, fomos chamando as crianças (divididas por idades), para fazerem um desenho relativo à sua comida favorita. As que não estavam ocupadas nesta atividade iam brincando livremente nos cantinhos da sala.

#### **4.2.2.2. Segunda sessão**

A segunda sessão do projeto, realizada no dia 20 de novembro de 2012, começou também por um diálogo, na *hora da manta*. Em conjunto, recordámos as sopas do porquinho, referidas no álbum *A sopa verde*.

De seguida, cada criança apresentou o desenho relativo à sua comida favorita, feito na sessão anterior. A propósito de cada desenho apresentado, fomos refletindo sobre se a comida representada no desenho era ou não saudável.

No decurso da sessão de psicomotricidade, as crianças, divididas por grupos (escolhidos aleatoriamente), ordenaram as imagens do álbum *A sopa verde*. Tinham de sequenciar as imagens da obra de acordo com o que tinham ouvido ler no dia anterior. Para a realização do jogo, as imagens da história estavam agrupadas em diversos locais do dormitório e cada grupo de crianças tinha de as ordenar corretamente.

#### **4.2.2.3. Terceira sessão**

A terceira sessão do projeto decorreu no dia 3 de dezembro de 2012.

Depois das crianças terem brincado livremente pelos diversos cantinhos da sala, iniciámos a *hora da manta*. Com todas as crianças reunidas, apresentámos-lhes e explorámos com elas a roda dos alimentos, a partir de questões como: *Em quantos grupos está dividida? O que constitui cada um dos grupos? Por que será que a roda está dividida em grupos com diferentes tamanhos? Por que está a água no centro da roda?*



Depois, foi-lhes apresentada a obra *A viagem ao mundo da alimentação*, com texto de Manuela Leitão e ilustrações de Maria João Pereira, publicada pela editora Campo das Letras. De seguida, lemos a obra em voz alta, mostrando as ilustrações na “caixa das histórias” (que consiste numa televisão, realizada em cartão, onde as ilustrações do livro iam aparecendo).

Terminada a leitura, uma criança fez o reconto da história, sempre com a nossa ajuda e a das restantes crianças, com o objetivo de perceber se estas tinham compreendido a obra.

Esta atividade serviu de ponto de partida para a sua dramatização, que consistiu no preenchimento da roda dos alimentos, com as crianças divididas em sete grupos. As educadoras começaram, preenchendo o espaço relativo à água, e depois cada grupo preencheu um espaço da roda.

Uma vez que o consumo de sal, de cafeína, de açúcar e de álcool era referido na obra, tínhamos dois círculos em cartolina de cores, para essas substâncias pouco recomendáveis: um, em cartolina amarela, que simbolizava “a consumir algumas vezes”, para as crianças colarem os alimentos que contêm sal e açúcar, e outro, em cartolina vermelha, simbolizando “não consumir”, para os que continham álcool e cafeína.

Nesta sessão, não conseguimos recolher os dados previstos aquando da sua planificação. Consideramos que tal se deveu à longa extensão da história abordada e à complexidade das atividades propostas ao grupo.

Teria sido mais produtivo realizar uma sessão só para a análise da roda dos alimentos, uma vez que a atividade de construção da roda dos alimentos se revelou muito complexa e de difícil compreensão para as crianças.

Relativamente à obra abordada, apesar de a termos adaptado e apresentado de forma lúdica, consideramos, agora, que a sua dramatização, realizada por nós, teria prendido mais a atenção do grupo e facilitado a compreensão da informação por ela transmitida.

#### **4.2.2.4. Quarta sessão**

A quarta sessão do projeto, realizada no dia 4 de dezembro de 2012, também começou na *hora da manta*.

Com todas as crianças reunidas, apresentámos-lhes o álbum *Petra*, com texto e ilustrações de Helga Bansch, da editora OQO.

De seguida, partimos do título, da capa e de algumas das ilustrações do álbum para a previsão do tema da história e registámos por escrito todos os temas referidos pelas crianças.

Seguidamente, passámos à leitura do álbum, em voz alta, mostrando as ilustrações e, como de costume, pedimos a uma criança para fazer o respetivo reconto, com a nossa ajuda e das restantes crianças. Esta atividade permitiu-nos determinar se as crianças tinham compreendido a história e, simultaneamente, deu-lhes a oportunidade confirmar/infirmar as hipóteses formuladas inicialmente.

No decurso da sessão de psicomotricidade, fizemos o jogo “Vamos ajudar a Petra”. Dispusemos diversos materiais de ginástica (peças de equilíbrio, cones e túnel) no espaço destinado a estas atividades e explicámos às crianças em que consistia o jogo: tinham de percorrer o circuito, que desembocava num conjunto de fotografias diversas apresentando soluções para o problema da Petra, e de selecionar as que ajudavam a personagem a emagrecer, colocando-as numa cartolina verde, e as que não solucionavam o problema da personagem, colocando-as numa cartolina vermelha.

Ao fim da manhã, voltámos para a manta e dialogámos sobre as soluções apresentadas pelas crianças para ajudar a Petra, discutindo sobre as que a ajudavam e as que não a ajudavam e apresentando justificações.

#### **4.2.2.5. Quinta sessão**

A nossa intervenção didática terminou no dia 5 de dezembro de 2012.

Depois das crianças terem brincado livremente pelos cantinhos da sala, na *hora da manta*, explorámos a obra *A verdadeira história do Capuchinho Vermelho*, com texto de Agnese Baruzzi e ilustrações de Sandro Natalini, publicada pela Âmbar. Optámos por esta obra, por poder ser relacionada com a nossa problemática, uma vez que nela está presente um livro de receitas.

Seguidamente, apresentámos uma ementa por nós elaborada e questionámos as crianças sobre o que era ou não saudável na mesma.

Depois, dividimos as crianças em dois grupos (um composto pelas mais novas e outro, pelas mais velhas) e, enquanto o grupo das crianças mais velhas ficou a brincar, o outro foi elaborar uma versão saudável da ementa apresentada, registada numa cartolina. Assim que este grupo terminou, foi o segundo grupo que veio realizar esta atividade.

Por fim, na manta, verificámos a correção dos cartazes elaborados, de forma a refletir sobre princípios para uma vida saudável.



## Capítulo 5 – Análise e interpretação dos dados

De modo a avaliar o sucesso da nossa intervenção didática, recolhemos diferentes dados, ao longo das cinco sessões realizadas, que analisámos posteriormente.

Uma vez que, com o nosso estudo, pretendíamos interligar o ensino/aprendizagem da área de Conhecimento do Mundo, explorando a temática da alimentação saudável, com a compreensão na leitura, revelou-se fundamental recolher e analisar dados relacionados com estes dois temas.

### 5.1. Relativos ao Conhecimento do Mundo

Os dados relativos a esta área curricular foram obtidos através de registos escritos decorrentes:

- do diálogo sobre a alimentação das crianças;
- do diálogo sobre as sopas do porquinho protagonista da obra *A sopa verde*;
- da apresentação dos desenhos relativos à comida favorita de cada criança;
- das justificações apresentadas para ajudar a Petra a emagrecer;
- das opiniões das crianças sobre o que era ou não saudável na ementa analisada;
- da verificação da correção das ementas elaboradas.

De seguida, passamos à apresentação da análise de dados realizada.

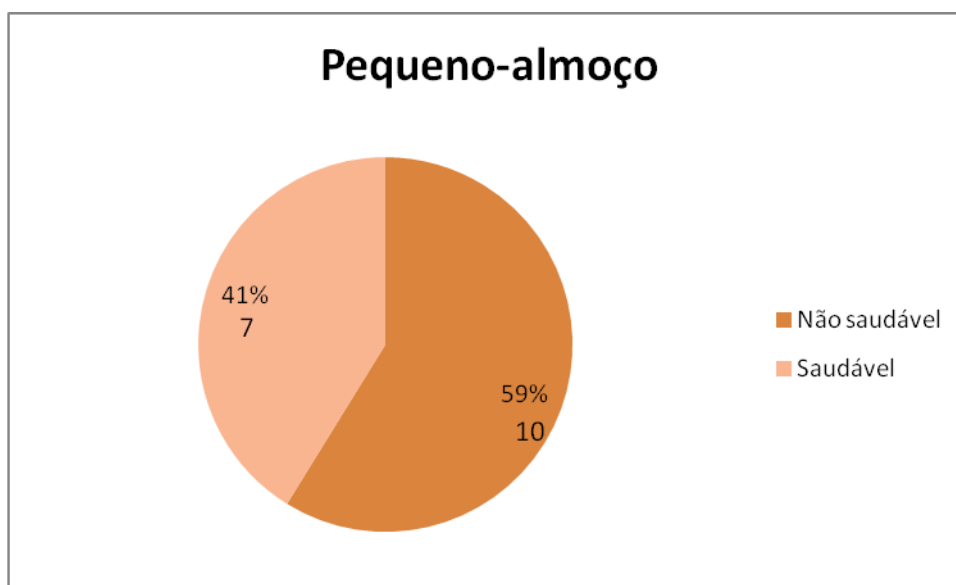
#### 5.1.1. Alimentação saudável

No Quadro 2, apresentamos as respostas das crianças à pergunta *O que comeram ao pequeno-almoço?*, obtidas através de um diálogo sobre esta refeição, que teve lugar na primeira sessão da intervenção didática:

Alimentação saudável	Alimentação não saudável
<i>Nestum</i> com leite	Leite com chocolate
Bolinhos de baunilha e leite com cereais	iogurte com cereais de chocolate
Bolinhos de morango e iogurte	Leite com chocolate e cereais de chocolate
Leite com <i>cornflakes</i>	Leite no biberão
Leite com cereais	Torradas com <i>Tulicreme</i>
<i>Cérélac</i>	<i>Cornflakes</i> sem leite
	<i>Chocapic</i> e <i>Estrelitas</i> com leite
	Leite com cereais de chocolate

**Quadro 2 – Classificação do pequeno-almoço das crianças em termos de alimentação saudável**

No Gráfico 1, apresentamos os resultados da análise dessas respostas:



**Gráfico 1 – Hábitos alimentares das crianças em contexto extraescolar (pequeno-almoço)**

A leitura do quadro e do gráfico acima apresentados permite-nos afirmar que esta primeira refeição do dia nem sempre é muito saudável.

De facto, num total de dezassete crianças que responderam à questão *O que comeram ao pequeno-almoço?*, apenas sete (correspondendo a 41% das crianças) referiram alimentos que fazem parte de uma alimentação saudável. Recolhemos respostas como *“nestum com leite”*, *“bolinhos de morango com um iogurte”* e ainda *“leite com cornflakes”*, que classificámos como saudáveis por três razões:

- porque incluem laticínios que, segundo Cid (2010: 62), são *“fontes de proteínas, cálcio, fósforo e vitaminas”*, sendo o seu consumo muito importante, porque as crianças *“estão na fase de construção do seu património ósseo”* (ibidem);

- porque contêm cereais que são, para o mesmo autor (Cid, 2010: 13), uma *“fonte de energia para todas as células”*; é importante realçarmos que consideramos os cereais acima referidos pelas crianças como sendo saudáveis, porque contêm um teor reduzido de açúcar e sal, ao contrário dos *“chocapic”* e das *“estrelitas”* referidos por algumas crianças;

- porque, para as crianças que deram estas respostas, esta refeição é composta por alimentos com menor teor de açúcar, o que é importante, na medida em que o consumo de açúcar excessivo nesta primeira refeição, segundo Matos (2002: 53), faz *“subir o nível*

*de açúcar no sangue rapidamente mas a seguir desde vertiginosamente, podendo deixar uma pessoa com fome, irritada, enervada, com falta de energia e com vontade de voltar a comer algo doce”.*

Tendo em conta as palavras desta autora, consideramos essencial que os pais tenham o cuidado de analisar os rótulos dos produtos que dão aos seus filhos para consumir ao pequeno-almoço, de modo a que a quantidade de açúcar seja a correta, para que as crianças comecem o seu dia com energia, dinâmicas e bem-dispostas.

As restantes dez crianças (correspondendo a 59%) referiram escolhas menos saudáveis, devido ao excesso de chocolate/açúcar numa refeição que é a mais importante do dia. Grande parte afirmava consumir chocolate no leite e/ou nos cereais.

É ainda de referir que a resposta *“leite no biberão”* foi associada à categoria *“Não saudável”* devido ao uso do biberão, já que a criança em questão tinha 5 anos de idade, e por o seu pequeno-almoço incluir apenas leite.

Sendo o pequeno-almoço a refeição mais importante do dia, porque, segundo Matos (2002: 52), nos permite *“alimentar o nosso corpo, desde os músculos até ao cérebro, de forma a que este possa funcionar, com um bom rendimento, durante várias horas”*, deve conter três elementos fundamentais:

- *“Proteínas”;*
- *“Hidratos de carbono”;*
- *“Um pouco de gordura, que pode ser a que existe naturalmente nos produtos lácteos”.*

Informação que recolhemos refere ainda que, se quisermos juntar fruta a esta refeição, devemos fazê-lo *“logo ao início”* porque a fruta não é digerida no estômago, mas sim no intestino delgado: passa rapidamente pelo estômago e segue para o intestino, onde liberta os seus componentes, fundamentalmente açúcares. Mas se houver carne, batatas ou amidos no estômago, a fruta fica retida e começa a fermentar, o que leva a uma digestão difícil<sup>4</sup>.

---

<sup>4</sup> <http://blog.tribunadonorte.com.br/aoponto/frutas-antes-ou-depois-das-refeicoes/43674>

Por outro lado, constatamos que não existe grande variedade de alimentos no pequeno-almoço das crianças, sendo que muitas referiram apenas o consumo de “*leite com chocolate*” ou de “*leite com cereais*”.

No Quadro 3, apresentamos as respostas das crianças à pergunta *Qual a vossa comida favorita?*, obtidas através de um diálogo que também teve lugar na primeira sessão da nossa intervenção didática:

Alimentação saudável	Alimentação não saudável	Alimentação mista
Massa com carne picada	Batatas fritas	Batatas fritas com carne e tomate
Massa	Batatas fritas e hambúrguer	<i>Kebab</i> - pão com batatas fritas com molho, massa à bolonhesa, <i>pizza</i> , sopa e salada
Sopa de cenoura	<i>Pizza</i>	<i>Pizza</i> , sopa e batatas fritas
Hambúrguer com massa	Batatas fritas com bife	Batatas fritas com carne
Carne com massa		Hamburguer com massa e <i>kebab</i>
Pera		Batatas fritas e massa
Espinafres		

Quadro 3 – Classificação das comidas favoritas das crianças em termos de alimentação saudável

No Gráfico 2, apresentamos os resultados da análise dessas respostas:

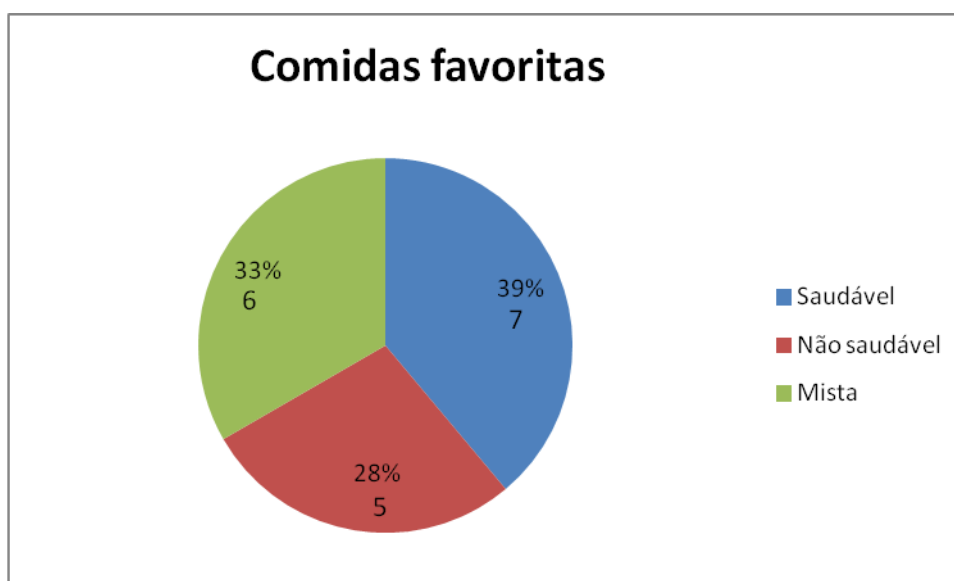


Gráfico 2 – Hábitos alimentares das crianças em contexto extraescolar (refeições principais)

De um total de dezoito crianças que participaram nesta atividade:



- sete (correspondendo a 39%) privilegiaram escolhas saudáveis; nesta categoria, incluímos as respostas associadas ao consumo de fruta, vegetais e hidratos de carbono;
- cinco (correspondendo a 28%) referiram alimentos não saudáveis, normalmente associados à *fast food*;
- seis crianças (correspondendo a 33%) referiram comidas em que estavam presentes elementos saudáveis e outros não saudáveis; é o caso da combinação “*batatas fritas com carne e tomate*”, que contém as batatas fritas (consideradas como não saudáveis, devido ao seu grande teor de gordura e, muito provavelmente, também de sal, que devem ser evitadas ao máximo) e a carne e o tomate (que fazem parte de uma dieta alimentar saudável, se ingeridos com moderação).

Em grande grupo e a partir da análise dos desenhos relativos às comidas favoritas de cada criança, foi possível chegar à conclusão de que devemos:

- evitar alimentos que contenham muito açúcar, sal e gorduras;
- variar a nossa alimentação.

Dado que as famílias constituem o primeiro ambiente de aprendizagem das crianças e uma vez que os “*hábitos alimentares são aprendidos*”, como refere Duarte (2012: 75), cabe aos pais adotarem um comportamento correto durante as refeições e aquando das suas escolhas para a alimentação, uma vez que “*a consequente exposição desses alimentos à criança influenciam a alimentação dos filhos e as escolhas dos alimentos pelas crianças seguem o mesmo padrão de escolhas dos pais*”. A mesma autora refere que nos primeiros anos as crianças “*comem o que os seus pais comem, pelo que estes são considerados a melhor fonte de informação para as crianças*” (*Ibidem*).

Dado que muitos pais ainda não estão devidamente informados sobre este tema, o educador de infância pode e deve esclarecê-los, mobilizando diversificadas estratégias, uma vez que também é sua função desenvolver e considerar como parte integrante da sua ação uma boa relação entre a escola e as famílias das crianças a seu cargo.

As estratégias a desenvolver podem passar por:

- realizar, com e para os pais, sessões de esclarecimento por si dinamizadas;
- proporcionar-lhes formação sobre esta temática com a participação de profissionais da área da saúde, como médicos(as) e/ou nutricionistas;

- realizar reuniões com estes, para lhes explicar as atividades relacionadas com este tema e solicitar a sua colaboração, reforçando em casa as aprendizagens feitas pelas crianças no jardim-de-infância;

- promover encontros individuais com os pais de algumas crianças, sempre que seja necessário esclarecer dúvidas ou definir estratégias de trabalho em equipa para melhorar os seus hábitos alimentares.

Só deste modo – levando os pais a sentirem-se reconhecidos, envolvidos, integrados e solicitados para novas formas de intervenção na educação dos seus filhos – é que estes se mostrarão disponíveis para colaborar com as suas competências e o seu tempo e para expressar as suas inquietações e expectativas.

No Quadro 4, apresentamos as respostas das crianças, obtidas através de um diálogo sobre as sopas do porquinho, o protagonista do álbum *A sopa verde*, que teve lugar na segunda sessão:

Alimentação saudável	Alimentação não saudável
As sopas do porquinho não existiam, o pai fez uma que existia, a verde.	Existiam três sopas que não eram saudáveis.
	A sopa de chocolate fazia mal à barriga, porque o chocolate faz mal.

**Quadro 4 – Classificação das sopas do porquinho em termos de alimentação saudável**

No decorrer desta atividade, realizada em grande grupo, surgiram apenas sete respostas, das quais só três (48,3%) se relacionavam com o que pretendíamos analisar.

Através das respostas dadas pelas crianças, foi possível verificar que estas associavam à alimentação saudável o “fazer bem” e à alimentação não saudável, o “fazer mal”. As respostas acima transcritas permitem-nos constatar que as crianças consideraram como não saudáveis as sopas de laranja, de morango e de chocolate e como saudável, a sopa verde.

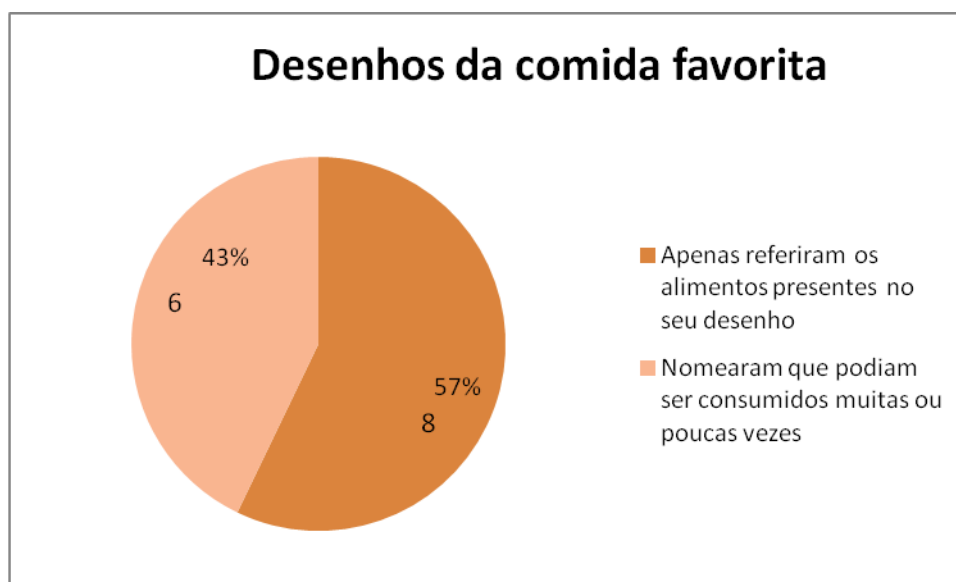
Foi curioso observar que, apesar de, em sessões posteriores, as crianças terem considerado a fruta como saudável, não incluíram nesta categoria as sopas do porquinho feitas à base de laranja e de morango. Provavelmente, tal aconteceu, porque se aperceberam de que o porquinho não tinha gostado de provar essas sopas ou porque a fruta não está habitualmente presente na confeção de sopa.

No Quadro 5, apresentamos a classificação das respostas dadas pelas crianças no decorrer da apresentação dos desenhos relativos à sua comida favorita (cf. Anexo 3):

Classificação dos alimentos		
Alimentação saudável	Alimentação não saudável	Alimentação mista
Carne	Batatas fritas	Bife
Ovos		Sumo de laranja
Hidratos de carbono (massa)		Batatas fritas
Legumes (feijão e ervilhas)		
Vegetais (tomate e espinafres)		
Fruta (morango)		
Classificação dos argumentos		
Podemos comer muitas vezes esses alimentos.	Não podemos comer todos os dias.	
	Fazem doer a barriga.	

**Quadro 5 – Classificação dos alimentos e dos argumentos enumerados pelas crianças em termos de alimentação saudável**

No Gráfico 3, apresentamos os argumentos das crianças relativos ao desenho da sua comida favorita:



**Gráfico 3 – Argumentos das crianças relativos ao desenho da sua comida favorita**

No decorrer desta atividade, em que cada criança descreveu o desenho representando a sua comida favorita, seis (correspondendo a 43%) apenas referiram quais os alimentos presentes no seu desenho e oito (correspondendo a 57%)



descreveram os alimentos presentes no seu desenho e enumeraram os que podiam consumir mais vezes em detrimento de outros.







No decorrer da atividade, através dos argumentos referidos pelas crianças, foi possível verificar que grande parte já possuía conhecimentos sobre a temática explorada, visto que foram capazes de enumerar os alimentos que, segundo eles, podemos consumir “muitas vezes” e outros que devemos consumir “poucas vezes”.

Associaram as suas comidas favoritas, que consideravam saudáveis, ao “comer muitas vezes” e referiram outros alimentos, afirmando que “não podemos comer todos os dias”, o que nos levou a concluir que os consideravam como fazendo parte de uma alimentação inadequada.

### 5.1.2. Hábitos para uma vida saudável

Na Figura 3, apresentamos as imagens selecionadas pelas crianças como representando medidas a tomar para emagrecer, durante o jogo “Vamos ajudar a Petra”, realizado na quarta sessão, e as justificações apresentadas:

Imagem escolhida para “O que ajuda a Petra a emagrecer”	Justificação apresentada
 <p>1</p>	<p>Correr, porque é exercício físico.</p>
 <p>2</p>	<p>Porque faz bem.</p>

 <p>3</p>	<p>Porque os meninos estão a fazer ginástica.</p>
 <p>4</p>	<p>Saltar à corda ajuda, porque está a fazer exercício.</p>
 <p>5</p>	<p>Porque os meninos estão a brincar na praia.</p>
 <p>6</p>	<p>Porque eu gosto.</p>
 <p>7</p>	<p>Porque faz bem, porque está a fazer exercício.</p>
 <p>8</p>	<p>É para defender.</p>

 <p>9</p>	<p>Se comer muitas gomas fica magra, porque comi gomas lá em casa.</p>
 <p>10</p>	<p>Porque estão a fazer <i>ballet</i> e ajuda porque estão a fazer ginástica.</p>
 <p>11</p>	<p>Ajuda.</p>
 <p>12</p>	<p>Porque faz bem comer fruta.</p>
 <p>13</p>	<p>Porque faz bem.</p>
 <p>14</p>	<p>Porque estão a mexer-se.</p>

 <p>15</p>		<p>Porque a menina gosta de andar de bicicleta e ajuda.</p>
 <p>16</p>		<p>Porque estão a fazer exercício e a esticar.</p>
 <p>17</p>		<p>Porque estão a fazer exercício.</p>
 <p>18</p>		<p>Porque estão a brincar, estão a mexer-se.</p>
 <p>19</p>		<p>Ajuda, se comer pouco.</p>
 <p>20</p>		<p>Porque faz bem à garganta.</p>



	<p>Porque faz exercício andar de patins.</p>
	<p>Porque a salada faz bem.</p>
	<p>Porque vi comer muitos bolos.</p>
	<p>Ajuda porque faz bem.</p>

**Figura 3 – Sugestões para uma alimentação e uma vida saudáveis e respetivas justificações**

Na Figura 4, apresentamos as imagens selecionadas pelas crianças como representativas de medidas que não ajudariam a Petra, durante o mesmo jogo, e as justificações apresentadas:




Imagem escolhida para “o que não faz a Petra emagrecer”	Justificação apresentada
 <p>25</p>	<p>Porque é chocolate, porque tem açúcar.</p>
 <p>26</p>	<p>Porque está a comer <i>pizza</i> e não ajuda a emagrecer.</p>
 <p>27</p>	<p>O gelado não ajuda.</p>
 <p>28</p>	<p>Está parado e não ajuda.</p>







	<p>Não ajuda porque está a beber sumo e não faz bem.</p>
	<p>Não ajuda porque tem muito sal.</p>

Figura 4 – Sugestões incompatíveis com uma alimentação e uma vida saudáveis e respetivas justificações

No Quadro 6, apresentamos os resultados da análise da adequação das soluções propostas pelas crianças para ajudar a Petra a emagrecer:






Solução apresentada	Correta	Incorreta
	<p>X</p>	
	<p>X</p>	







	X	
	X	
	X	
	X	
	X	
	X	

		X
	X	
	X	
	X	
	x	
	X	

	X	
	X	
	X	
	X	
		X



	X	
	X	
	X	
		X
	X	

	X	
	X	
	X	
	X	
	X	
	X	

Quadro 6 – Adequação das sugestões propostas pelas crianças para uma vida e alimentação saudáveis

Como ilustra o quadro acima apresentado, grande parte das crianças distinguiu corretamente as condutas certas das erradas.

No Quadro 7, apresentamos os resultados da análise da correção das justificações apresentadas pelas crianças, aquando da escolha das fotografias que representavam as soluções adequadas ao problema da personagem:

Justificação apresentada	Correta	Incorreta
Correr, porque é exercício físico.	X	
Porque faz bem.		X
Porque os meninos estão a fazer ginástica.	X	
Saltar à corda ajuda, porque está a fazer exercício.	X	
Porque os meninos estão a brincar na praia.		X
Porque eu gosto.		X
Porque faz bem, porque está a fazer exercício.	X	
É para defender.		X
Se comer muitas gomas fica magra, porque comi gomas lá em casa.		X
Porque estão a fazer <i>ballet</i> e ajuda porque estão a fazer ginástica.	X	
Ajuda.		X
Porque faz bem comer fruta.	X	
Porque faz bem.		X
Porque estão a mexer-se.	X	
Porque a menina gosta de andar de bicicleta e ajuda.		X
Porque estão a fazer exercício e a esticar.	X	
Porque estão a fazer exercício.	X	
Porque estão a brincar, estão a mexer-se.	X	
Ajuda, se comer pouco.	X	
Porque faz bem à garganta.		X
Porque faz exercício andar de patins.	X	
Porque a salada faz bem.	X	
Porque vi comer muitos bolos.		X
Ajuda porque faz bem.		X
Porque é chocolate, porque tem açúcar.	X	
Porque está a comer <i>pizza</i> e não ajuda a emagrecer.	X	
O gelado não ajuda.		X
Está parado e não ajuda	X	
Não ajuda porque está a beber	X	

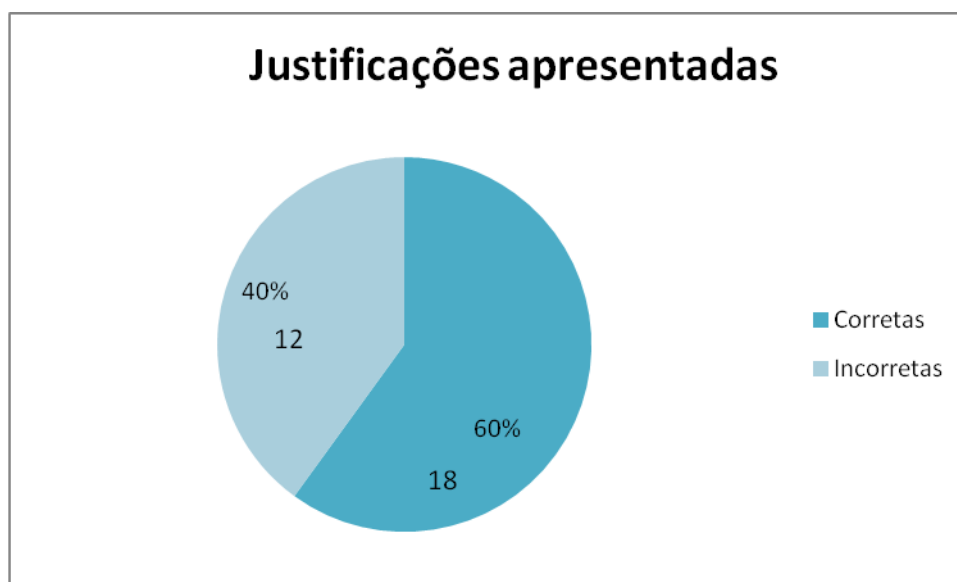


sumo e não faz bem.		
Não ajuda porque tem muito sal.	X	

**Quadro 7 - Adequação das justificações associadas a sugestões para uma alimentação e uma vida saudáveis**

Como se pode ver pelo quadro acima apresentado, os maiores problemas surgem a nível das justificações dadas.

No Gráfico 4, apresentamos a correção das justificações dadas pelas crianças aquando da escolha da imagem.



**Gráfico 4 - Correção das justificações associadas a soluções para uma alimentação e uma vida saudáveis**

É possível verificar que 18 das justificações apresentadas (60%) são corretas e 12 (40%) incorretas.

Passamos agora a analisar em pormenor as justificações apresentada pelas crianças.

Algumas crianças escolheram soluções adequadas, mas não foram capazes de justificar a sua escolha:

- uma escolheu uma fotografia em que se via duas crianças a brincar na praia e apenas descreveu a situação ilustrada, não explicitando se ajudaria ou não a personagem; no entanto, colocou a imagem escolhida na cartolina verde, que correspondia às soluções que ajudariam a personagem a resolver o seu problema, o que nos levou a concluir que considerava que essa situação ajudava a personagem, mas não foi capaz de explicar o porquê dessa ajuda;

- outra escolheu a fotografia de uma criança a andar de baloiço e referiu que esta atividade poderia ajudar a personagem a emagrecer, mas não explicou porquê;
- o mesmo aconteceu com uma outra, que escolheu a fotografia de uma criança a comer gelado, dizendo que ajudava, mas não explicando também o porquê;
- outra escolheu uma fotografia representando uma criança a comer sopa, referindo que *“Ajuda porque faz bem.”*, mas não explicou por que faz bem;
- o mesmo aconteceu com outra, que escolheu a fotografia de uma criança a andar de bicicleta e afirmou que ajudava, mas também não foi capaz de explicar o porquê;
- duas escolheram fotografias relativas a soluções que ajudariam a Petra a emagrecer, justificando *“Porque faz bem.”* e não explicando porque ajudaria a personagem.

Outras crianças apresentaram justificações inadequadas, porque eram absurdas:

- uma considerou que uma determinada fotografia representava uma boa solução para o problema da Petra, mas apresentou como justificação *“Porque eu gosto.”*;
- outra escolheu uma fotografia em que se via duas crianças a praticar karaté e comentou *“É para defender.”*;
- outra ainda escolheu a fotografia de uma criança a beber água e disse que ajudava a Petra *“Porque faz bem à garganta”*.

Outras vezes, as crianças escolhiam soluções inadequadas para o problema da personagem, mas encontravam justificações que as “convertiam” em soluções aceitáveis.

Uma criança escolheu uma fotografia de alguém a comer um hambúrguer e justificou a sua escolha dizendo *“Ajuda se comer pouco.”*. Tal leva-nos a concluir que, apesar de tudo, esta criança sabia que não se pode consumir este tipo de alimentos com frequência.

Há ainda casos de crianças que selecionaram como soluções imagens inadequadas e apresentam justificações relacionadas com hábitos trazidos de casa ou do contexto em que vivem, o que revela a influência que estes exercem sobre o comportamento dos mais novos:

- uma escolheu uma imagem representando alguém a comer gomas e, quando questionada sobre se lhe parecia que comer tantas gomas ajudaria a personagem, referiu que *“Se comer muitas gomas fica magra porque comi gomas lá em casa.”*;

- uma criança escolheu a fotografia de uma criança a comer uma grande fatia de bolo de chocolate, explicando que ajudaria a personagem “*Porque vi comer muitos bolos.*”.

No entanto, analisando as justificações dadas pelas crianças, é possível afirmar que, no geral, estas foram capazes de relacionar a escolha da imagem e a respetiva justificação com princípios importantes para uma vida saudável como a prática de uma alimentação saudável e de exercício físico.

Na Figura 5, apresentamos fotografias referentes à atividade de elaboração das ementas, realizadas pelos dois grupos de crianças (mais novas e mais velhas), na última sessão da nossa intervenção didática:

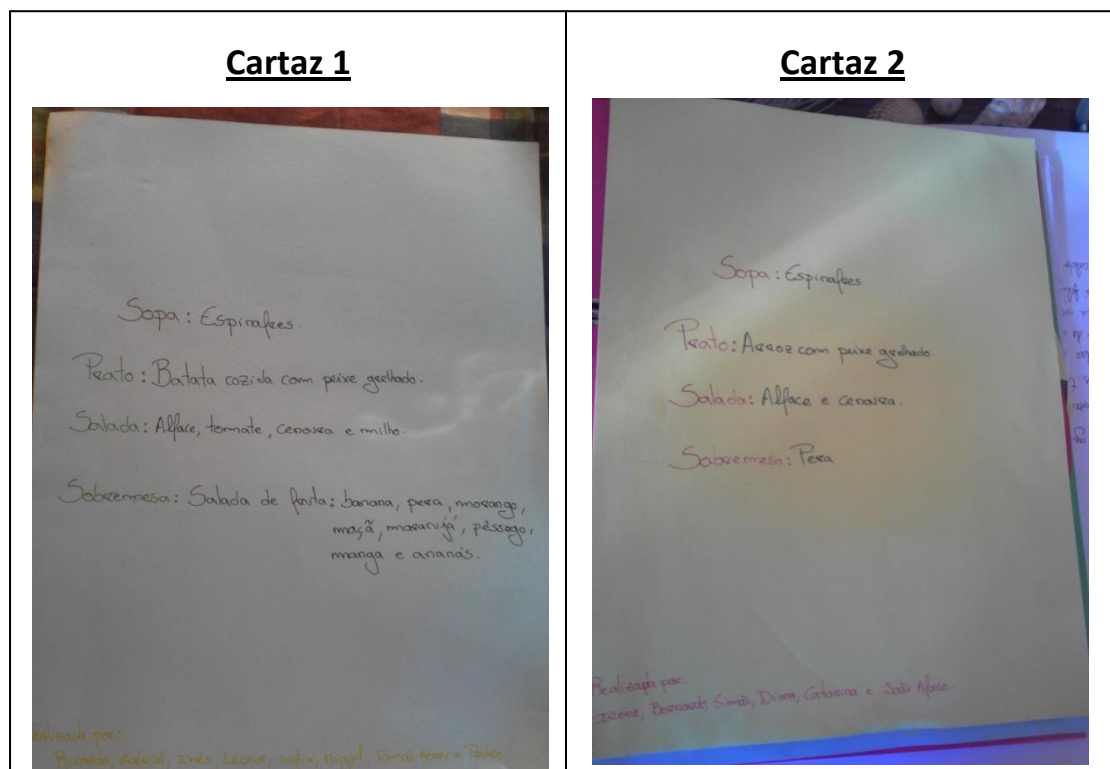


Figura 5 – Cartazes relativos às ementas elaboradas pelos dois grupos de crianças

O Cartaz 1 foi elaborado por oito crianças mais velhas, que:

- mantiveram a entrada que constava da ementa original (sopa de espinafres);
- alteraram o prato principal (substituindo o frango frito com batata frita e arroz por peixe grelhado com batata cozida);

- mantiveram os vegetais previstos na ementa original (salada de alface, tomate e cenoura) e acrescentaram ainda um ingrediente (milho);

- substituíram a sobremesa original (bolo de chocolate com cobertura de *chantilly*) por uma salada de frutas muito completa (com banana, pera, morango, maçã, maracujá, pêssigo, manga e ananás).

Nesta nova ementa, as crianças foram capazes de identificar os alimentos não saudáveis e de os substituir por alimentos mais saudáveis.

O Cartaz 2, da autoria das seis crianças mais novas:

- mantém a sopa de espinafres;
- substitui o prato principal por peixe grelhado com arroz;
- modifica a salada, mantendo a alface e a cenoura, mas eliminando o tomate;
- substitui a sobremesa originalmente prevista por uma pera.

Portanto, as crianças mais novas também foram capazes de identificar os alimentos não saudáveis e de os substituir por alimentos mais saudáveis.

Assim, constatámos que o desempenho das crianças mais novas e mais velhas foi muito semelhante.

O que verdadeiramente diferenciou os dois grupos, aquando da realização da nova ementa, foi o seu nível de implicação. As crianças mais novas mostraram-se distraídas, pouco participativas e mais interessadas nos trabalhos que as restantes crianças estavam a realizar do que na atividade em curso para o seu grupo. Já o grupo das crianças mais velhas mostrou-se muito implicado e participativo, dando muitas sugestões para a nova ementa.

Em grande grupo, aquando da verificação da correção dos cartazes elaborados na sessão anterior, foi feita uma reflexão sobre princípios a seguir para ter uma vida saudável.

No decorrer deste diálogo, as crianças apresentaram sugestões relacionadas com:

- comida ("*Comer bem*", "*Comer bens essenciais*" – que a criança em questão identificava com "*Comida saudável*" –, "*Comer vegetais*", "*Não comer muitas gomas porque faz mal aos dentes porque tem muito açúcar*");

- comportamentos adotados aquando da ingestão de alimentos sólidos ("*Comer devagarinho porque se comermos depressa ficamos mal dispostos*");

- bebida (“*Beber água*”);
- atividade física (“*Fazer exercício físico*”).

No decorrer do diálogo, uma das crianças referiu o termo *saúde*. Aproveitamos o ensejo e questionámo-la, assim como às restantes crianças, sobre o que é a saúde e o que temos de fazer para ser saudáveis, ao que estas responderam “*Comer muito bem*”, “*Beber água todos os dias*” e “*Fazer exercício*”.

## 5.2. Relativos ao desenvolvimento da compreensão na leitura

De seguida, apresentámos a análise dos dados relacionados com o desenvolvimento de competências em compreensão na leitura.

Relativamente a esta área, recolhemos dados que nos permitiram verificar se as crianças tinham desenvolvido competências relacionadas com:

- a identificação de ideias principais dos textos explorados durante as sessões da intervenção didática e temas a eles associados;
- a formulação de hipóteses e a sua confirmação/infirmação.

### 5.2.1. Identificação de ideias principais de textos e temas a eles associados

No Quadro 8, apresentamos os resultados da análise do desempenho das crianças aquando da realização da atividade de reconto da obra *A sopa verde*, em grande grupo na primeira sessão da intervenção didática:

	Sim	Não	Algumas vezes
Referem as personagens?	X		
Referem o espaço onde se passa a ação?	X		
Referem o tempo em que se passa a ação?		X	
Referem a ação que marca o início da narrativa?			X
Apresentam o problema?	X		
Apresentam alguma resolução para esse problema?	X		

Quadro 8 – Desempenho das crianças no reconto da história “A sopa verde”

A leitura do quadro revela-nos que, de um modo geral, as crianças foram capazes de relatar, com exatidão, a história que tinham ouvido ler, respeitando o seu conteúdo e estrutura (neste caso, a estrutura característica de uma narrativa):

- identificando e nomeando as personagens da história (o porquinho, o pai porco e o pediatra);
- indicando o espaço em que se desenrolava a ação (referindo a casa do porquinho – “*ele chegou a casa e depois disse*”);
- identificando a ação que marca o início da narrativa (“*o pediatra disse que ele [o porquinho] estava mais magro e que tinha de comer muita sopa com uma pitada de sal*”);
- identificando o problema que levou ao desenvolvimento de toda a história (“*ele estava mais magro e tinha de comer muita sopa com um bocado de sal e então ele chegou a casa e disse: Uh! Não gosto desta sopa, que era a sopa de legumes*”);
- identificando soluções para o problema do protagonista (“*quero sopa de laranja*”, “*quero sopa de morango*” e “*quero sopa de chocolate*”).

No entanto, há algumas falhas a registar, que dizem respeito ao tempo em que se desenrolava a ação. Este não foi referido pelas crianças, talvez porque a história também não apresentava marcas textuais que as ajudassem nesta tarefa.

No Quadro 9, apresentamos os resultados da análise do que disseram as crianças relativamente às sopas presentes no álbum *A sopa verde*:

O que disseram as crianças sobre as sopas do porquinho	Figura na história	Não figura na história
As sopas do porquinho não existiam, o pai fez uma que existia, a verde.		X
Existiam três sopas que não eram saudáveis.		X
A sopa de laranja não era boa.	X	
O porquinho não gostava de sopa verde, só de chocolate, morango e laranja.	X	
Três sopas não eram saudáveis.		X
A laranja não existe como sopa.		X
A sopa de chocolate fazia mal à barriga porque o chocolate faz mal.		X

**Quadro 9 – Desempenho das crianças na atividade de identificação das sopas presentes no álbum *A sopa verde***

Através da leitura deste quadro podemos constatar que as sopas que as crianças referiram estavam presentes na história, como demonstra o comentário de uma delas, no decorrer da atividade: *“O porquinho não gostava de sopa verde, só de chocolate, morango e laranja”*.

No Quadro 10, apresentamos a ordenação das imagens do álbum *A sopa verde* realizada por cada grupo, na segunda sessão da nossa intervenção didática:

Grupo	Ordenação das imagens proposta								
1	A	B	E	D	C	F	G	H	I
2	A	B	C	D	E	F	G	H	I
3	A	B	C	D	G	F	E	H	I
4	A	B	C	D	E	F	G	H	I

**Quadro 10 – Propostas de ordenação das imagens da história *A sopa verde* apresentadas pelos grupos**

A ordenação correta era a seguinte: A, B, C, D, E, F, G, H e I.

Comparando as propostas dos grupos, apresentadas no quadro, com a chave relativa à ordenação correta das imagens do álbum *A sopa verde*, verifica-se que, de um modo geral, estas tiveram um bom desempenho nesta atividade.

No entanto, o Grupo 1 e o Grupo 3 confundiram duas imagens, certamente pela semelhança entre mesmas, dado que ambas retratavam expressões da personagem da história quando provava a sopa e não gostava.

### 5.2.2. Formulação de hipóteses e sua confirmação/infirmação

Na segunda sessão, foi solicitado às crianças que, em grande grupo, partindo da capa e do título do álbum (*A sopa verde*), formulassem hipóteses sobre o que iria acontecer na história.

No Quadro 11, apresentamos as ideias referidas pelas crianças e informação relativa à sua conformidade ou não com as ideias apresentadas na história:

O que achamos que vai acontecer	O que aconteceu
O porco que não gostava de sopa verde.	A história falava de sopa verde e de legumes.
O porco não gosta de sopa verde e a mamã vai o pôr de castigo.	O porquinho, o pai e o doutor eram as personagens.
O porco não gosta de brócolos.	O porquinho foi ao doutor e ele disse que ele estava magrinho e tinha de comer sopa todos os dias.
O porco não gosta de sopa verde porque não gosta de brócolos.	
O porco não está feliz porque não gosta de sopa verde.	

**Quadro 11 – Formulação de hipóteses e sua confirmação/infirmação para o álbum *A sopa verde***

A leitura do quadro acima apresentado revela congruência entre algumas hipóteses formuladas pelas crianças e o que realmente acontecia na história.

As crianças formularam algumas hipóteses como “*O porco não gosta de sopa verde*” ou “*O porco não está feliz porque não gosta de sopa verde*”, que correspondem a ideias veiculadas pela história. Como as crianças confirmaram “*A história falava de sopa verde e de legumes*”.

Dado isto, é possível constatar que tiveram capacidade de reconhecer a proximidade entre as hipóteses que tinham formulado inicialmente e o que acontecia efetivamente na história.


Na quarta sessão, foi solicitado às crianças que realizassem a mesma atividade de formulação de hipóteses, mas partindo de algumas das ilustrações do álbum *Petra*, para além da capa e do título.

Apresentamos as respostas das crianças no Quadro 12:

O que achamos que vai acontecer	O que aconteceu
Vai falar de animais.	A Petra sentia-se gorda.
Vai falar de um elefante.	Fez exercício físico.
Eu acho que o elefante come muita fruta e fica mais gordo.	Foi ter com o crocodilo, com a serpente e com a zebra para pedir ajuda.
A história fala de uma menina elefante.	A Petra é uma elefanta que queria ficar magra, com uma barriga lisa.
Na história aparecem zebras, avestruz, cobras e elefantes.	



Tem um penso na boca.




Quando chegou a casa,  
a Mamã Elefanta acabava de preparar-lhe  
o seu prato favorito: sopa de erva.  
Mas Petra não comeu nada de nada,  
e a mãe ficou um pouco preocupada.

Pela manhã, cheia de fome,  
a barriga da Petra fazia barulhos horríveis.  
Já não tinha a quem perguntar nem sabia o que fazer!

O [elefante] não quer que entre a sopa  
nem dentro da tromba nem na boca.

O crocodilo está a fazer exercício.



**Quadro 12 – Formulação de hipóteses e sua confirmação/infirmação para o álbum *Petra***

Como mostra o quadro acima apresentado, havia alguma proximidade entre as hipóteses formuladas pelo grupo de crianças e o que aconteceu efetivamente na história.

Referiram que a história “*Vai falar de um elefante*” e, após a leitura, verificaram que realmente a história tinha um elefante como personagem principal e referiram que “*A Petra é uma elefanta*”.

Quando questionada sobre o que achava que se iria acontecer na história, uma criança disse: “*Eu acho que o elefante come muita fruta e fica mais gordo.*” De facto, esta afirmação revelou-se verdadeira. Como descobrimos, após a leitura, “*A Petra sentia-se gorda.*”, o que nos leva a concluir que a formulação realizada por esta criança esteve muito próxima do ocorrido na história.

Através das atividades de formulação de hipóteses realizadas nas diferentes sessões, pudemos verificar a sua verdadeira importância para o desenvolvimento de uma eficaz compreensão na leitura.

Como refere Angela Kleiman (2002: 56) “*fazer predições baseadas no conhecimento prévio, [...], constitui um procedimento eficaz de abordagem do texto desde os primeiros*

*momentos de formação do leitor até estágios mais avançados, e tem o intuito de construir a autoconfiança do aluno em suas estratégias para resolver problemas de leitura”.*

Segundo João Luís Pimentel Vaz (2010: 165), para dar sentido à leitura, é necessário *“estimular e avivar informação prévia que se relaciona com o texto em questão”*. Ao utilizar os seus conhecimentos prévios aquando da formulação de hipóteses, o leitor cria expectativas em relação ao conteúdo dos textos, o que o vai ajudar a compreendê-los mais fácil e rapidamente.

## Capítulo 6 – Conclusões e sugestões

### 6.1. Conclusões

Tendo como base a análise de dados realizada, é chegado o momento de passar à apresentação das conclusões do nosso estudo, procurando respostas para as questões de investigação formuladas e verificando até que ponto os nossos objetivos de investigação foram atingidos.

Desta forma, relembramos que eram nossos objetivos, a partir da exploração de obras da literatura infantil, conceber, implementar e avaliar uma intervenção didática centrada:

- em questões problemáticas relacionadas com uma alimentação saudável;
- no desenvolvimento de competências em compreensão na leitura.

A partir da implementação da nossa intervenção didática, procurávamos também respostas para a seguinte questão de investigação:

- Será possível conceber, implementar e avaliar uma intervenção didática centrada na exploração de obras da literatura infantil, com crianças a frequentar a Educação Pré-Escolar, para:

- Abordar, de forma problemática, questões relacionadas com uma alimentação saudável?
- Desenvolver a sua compreensão na leitura?

#### 6.1.1. Relativas ao Conhecimento do Mundo

Relativamente à área de Conhecimento do Mundo, no decorrer do projeto de intervenção e de investigação, considerámos que as crianças manifestaram curiosidade e desejo de aprender sobre o tema em estudo: a alimentação saudável.

Após a implementação da intervenção didática e a análise e interpretação dos dados recolhidos no decorrer da mesma, podemos afirmar que as crianças que participaram no nosso estudo atingiram o objetivo por nós formulado relativo a esta área de conteúdo.

De facto, verificámos que já possuíam alguns conhecimentos relacionados com a temática explorado, visto que foram capazes de: i) caracterizar os alimentos como

sendo saudáveis ou não saudáveis e ii) identificar os alimentos que devemos consumir mais vezes em detrimento de outros.

Foi visível também, nas respostas dadas e nos comentários tecidos, quer durante a realização das atividades, quer sobre estas, que as crianças já possuíam algum vocabulário relacionado com o tema.

Tendo como base os resultados obtidos a partir da análise de dados realizada, considerámos que fomos capazes de levar as crianças a tomar consciência da importância de ter uma alimentação saudável.

Assim sendo, considerámos que tivemos sucesso na obtenção de respostas para a questão de investigação referente a esta área de conteúdo e que atingimos o objetivo de investigação a ela associado. De facto, no decorrer da intervenção didática, verificámos que, através da exploração de obras da literatura infantil, foi possível promover o Conhecimento do Mundo associado ao tema da alimentação saudável nestas crianças a frequentar a Educação Pré-Escolar.

#### **6.1.2. Relativas ao desenvolvimento da compreensão na leitura**

Focando-nos agora no desenvolvimento da compreensão na leitura, através da análise de dados realizada, concluímos que também foi possível desenvolver nas crianças algumas competências neste domínio.

Ao longo das cinco sessões da intervenção didática realizada, verificámos que as crianças foram adquirindo competências em compreensão na leitura relacionadas com a identificação de ideias principais dos textos explorados e temas a eles associados e com a apreensão das ideias veiculadas pelos textos lidos.

Para tal contribuíram atividades como: i) o reconto da história de um álbum explorado com as crianças e ii) a ordenação de imagens de um álbum, seguindo a ordem da narrativa.

A elaboração dos quadros-síntese sobre as obras trabalhadas contribuiu para que as crianças se tornassem mais competentes na formulação de hipóteses e na sua confirmação/inconfirmação, uma vez que foram capazes de verificar se as hipóteses previamente formuladas estavam ou não de acordo com o que se passava na obra a que diziam respeito.

Acreditamos que o facto de ter solicitado sempre às crianças que formulassem hipóteses sobre o que iria acontecer nas histórias foi uma boa estratégia que lhes permitiu desenvolver uma compreensão na leitura mais eficaz. Como refere Angela Kleiman (2002: 56), *“o trabalho de elaboração de hipóteses sobre uma história, a partir das ilustrações do texto, é um trabalho que engaja o interesse das crianças: a tarefa assume características lúdicas, com as crianças defendendo hipóteses divergentes e construindo argumentações sólidas para defender as suas, especialmente porque muitas vezes as ilustrações não encaixam nas hipóteses em curso, promovendo assim condições para a discussão polémica.”*

Assim sendo, verificámos que a exploração de obras da literatura infantil e de textos não literários relativos ao domínio do Conhecimento do Mundo (como uma ementa) foi uma boa estratégia para o desenvolvimento de competências em compreensão na leitura nestas crianças.

Por conseguinte, consideramos que também atingimos o segundo objetivo formulado para o nosso projeto, relativo ao desenvolvimento de competências em compreensão na leitura.

## **6.2. Sugestões pedagógico-didáticas**

Após a conceção, implementação e avaliação da nossa intervenção didática, sentimo-nos capazes de apresentar algumas sugestões de natureza pedagógico-didática relativas à área de Conhecimento do Mundo e ao desenvolvimento de competências em compreensão na leitura.

### **6.2.1. Relativas ao Conhecimento do Mundo**

É do conhecimento de todos, ou de quase todos, que a abordagem da área do Conhecimento do Mundo deve ser iniciada desde as idades mais precoces, dado que as crianças têm uma ótima capacidade de retenção de conhecimento e informação.

Assim, considerámos importante e necessário que os educadores invistam na exploração de obras da literatura infantil, para a abordagem de temas relacionados com esta área curricular, porque diversos temas são abordadas nelas, numa linguagem acessível e de fácil compreensão para as crianças.

Focando-nos agora no tema abordado na nossa intervenção didática – a alimentação saudável –, passamos a apresentar algumas propostas de atividades, que consideramos pertinente realizar com as crianças:

- definir estratégias diversificadas, que permitam promover, junto das crianças e de toda a comunidade educativa, escolhas saudáveis em termos de alimentação;
- desenvolver estratégias que permitam informar melhor as famílias sobre a responsabilidade e importância que têm na passagem de exemplos para os seus filhos;
- promover a adoção de princípios associados a uma alimentação saudável nas refeições realizadas na escola;
- sensibilizar os profissionais envolvidos na confeção da alimentação das crianças para a produção de alimentos mais saudáveis;
- incorporar o tema da alimentação saudável nas suas planificações e projetos.

Estas são algumas sugestões que farão com que as famílias e a restante comunidade escolar fiquem mais alertas para a importância de, desde cedo, sensibilizar as crianças para a prática de uma vida mais saudável.

### **6.2.2. Relativas ao desenvolvimento da compreensão na leitura**

Uma vez que a leitura é um ato muito importante na vida do ser humano, é essencial que as crianças comecem, desde cedo, a ter contacto com esta prática e a sentir curiosidade e motivação por ela. Dado isto, é importante que se realize no contexto educativo um trabalho continuado e estimulante para o desenvolvimento de competências em compreensão na leitura por parte das crianças.

Segundo Sá (2009), há um conjunto de estratégias centradas no desenvolvimento de competências em compreensão na leitura que o educador pode utilizar para trabalhar com as crianças atinjam a compreensão na leitura a vários níveis:

- para trabalhar a apreensão das ideias veiculadas pelos textos lidos, o educador pode realizar atividades centradas em ideias veiculadas pelos elementos do texto; no nosso estudo, recorreremos à formulação de questões sobre as obras que iam sendo exploradas com elas;

- para trabalhar a identificação das ideias principais dos textos explorados com as crianças, pode recorrer ao reconto e também à formulação de hipóteses sobre o texto a explorar (antes da leitura) e à sua confirmação/infirmação (durante e após a leitura), o que se verificou na nossa intervenção didática.

Tendo em conta a avaliação da nossa intervenção didática que fizemos, considerámos também importante realizar, com as crianças a frequentar a Educação Pré-Escolar, atividades: i) centradas na exploração de obras da literatura infantil e ii) que respeitem as três fases da leitura (pré-leitura, leitura e pós-leitura).

### **6.3. Limitações do estudo**

Como principais limitações do nosso estudo, referimos:

- a heterogeneidade do grupo de crianças envolvidas no mesmo, já que tivemos de trabalhar com crianças dos 3 aos 5 anos de idade, que, como é evidente, estão em fases diferentes de desenvolvimento cognitivo; sentimos que, por vezes, as crianças mais novas podem ter sido penalizadas em algumas atividades que eram demasiado exigentes para o seu estágio de desenvolvimento;

- o curto tempo que pudemos dedicar ao projeto; sentimos que precisávamos de ter podido dispor de mais tempo para o aprofundamento da temática (por exemplo, abordando tópicos como as consequências negativas do sedentarismo e/ou as doenças associadas à prática de uma alimentação inadequada).

### **6.4. Sugestões para outros estudos**

Com a realização deste estudo, tomamos consciência da importância das diferentes áreas de conteúdo contempladas nas *Orientações Curriculares para a Educação Pré-Escolar* (Ministério da Educação, 1997).

Desta forma, uma sugestão para outros estudos, que nos parece muito pertinente deixar a quem leia este trabalho, tem a ver com a interligação do tema da alimentação saudável com as outras áreas e domínios presentes no documento regulador acima referido.





## Bibliografia

- Aguiar e Silva, V. M. (1981). Nótula sobre o conceito de Literatura Infantil. In Guimarães de Sá, *Literatura Infantil em Portugal*. (pp. 11-15). Braga: Editorial Franciscana.
- Azevedo, F. (2006). *Literatura infantil e leitores*. Braga: Universidade do Minho/Instituto de Estudos da Criança.
- Azevedo, F. (2007). *Formar leitores – das teorias às práticas*. Lisboa: Lidel.
- Bell, J. (1997). *Como realizar um projecto de investigação*. Viseu: Gradiva (trad.).
- Cid, H. (2010). *Todos para a mesa! Alimentação saudável para pais e filhos*. Lisboa: Bertrand Editora.
- Duarte, M. E. et al. (2012). Criança em idade pré-escolar. A «escolinha». In Carmo, I., *Gorduchos e redondinhas*. (pp. 63-92). Alfragide: Livros d’Hoje.
- Fonseca, H. F. et al. (2012). *As consequências da obesidade a longo e médio prazo*. In Carmo, I., *Gorduchos e redondinhas*. (pp. 141-162). Alfragide: Livros d’Hoje.
- Gomes, J. A. (2004). *Uma fiada de histórias*. Porto: Porto Editora (ilustrações de Inês Oliveira).
- Lagacé, L. L. (1976). *A alimentação da criança*. Lisboa: Publicações Europa-América (trad.).
- Manzano, M. G. (1988). *A criança e a leitura: como fazer da criança um leitor*. Porto: Porto Editora (trad.).
- Marques, R. (1988). *Ensinar a ler, aprender a ler: um guia para pais e educadores*. 2ª edição. Lisboa: Texto Editora.
- Matos, V. C. (2002). *A dieta de bem-estar*. Cascais: Azula.
- Poslaniec, C. (2006). *Incentivar o prazer de ler: atividades de leitura para jovens*. Porto: Edições ASA (trad.).
- Ramos, A. M. (2007). *Livros de palmo e meio: reflexões sobre literatura para a infância*. Lisboa: Editorial Caminho.
- Ramos, A. M. (2009). *Génese e evolução da Literatura para a Infância*. Aveiro: Universidade de Aveiro [apresentação em PowerPoint].
- Ramos, A. M. & Oliveira, R. M. (s.d.). *Ler para crescer. Como fazer dos seus filhos leitores?* Ílhavo: Biblioteca Municipal de Ílhavo.

- Rego, C. *et al.* (2012). A alimentação para prevenir e tratar a obesidade infantil e juvenil. In Carmo, I., *Gorduchos e redondinhas*. (pp. 155-162). Alfragide: Livros d'Hoje.
- Rodrigues, C. M. (2008). *O livro no jardim-de-infância. Um olhar sobre a obra de Luísa Ducla Soares*. Aveiro: Universidade de Aveiro.
- Sá, C. M. (2004). *Leitura e compreensão escrita no 1º Ciclo do Ensino Básico: algumas sugestões didáticas*. Aveiro: Universidade de Aveiro.
- Sá, C. M. (2009). *Estratégias para trabalhar a leitura*. Aveiro: Universidade de Aveiro/Departamento de Didática e Tecnologia Educativa [documento policopiado].
- Sim-Sim, I. (2007). *O ensino da leitura: Compreensão de textos*. Lisboa: Direcção Geral de Inovação e Desenvolvimento Curricular.
- Sassetti, L. *et al.* (2012). Os bebés. In Carmo, I., *Gorduchos e redondinhas*. (pp. 49-62). Alfragide: Livros d'Hoje.
- Simões, M. B. (1978). *Função formativa das literaturas infantil e juvenil*. Lisboa: Secretaria de Estado da Juventude e Desportos.

**Webgrafia**

Associação Portuguesa dos Dietistas. Consultado em março de 2013, em <http://www.apdietistas.pt>.

Associação Portuguesa dos Nutricionistas. Consultado em março de 2013, em <http://www.apn.org.pt>.

Balça, Â. (2008). *Literatura infantil portuguesa – de temas emergentes a temas consolidados*. Évora: Universidade de Évora. Consultado em março de 2013, em <http://ler.letras.up.pt/uploads/ficheiros/4668.pdf>.

Coutinho, C. (2008). *Métodos de investigação em educação*. Minho: Universidade do Minho. Consultado em dezembro de 2012, em [http://faadsaze.com.sapo.pt/11\\_modelos.htm](http://faadsaze.com.sapo.pt/11_modelos.htm)

Craveiro, M. C. F. G. (2007). *Formação em contexto: um estudo de caso no âmbito da pedagogia da infância*. Minho: Universidade do Minho. Consultado em dezembro de 2012, em <https://repositorium.sdum.uminho.pt/handle/1822/7085?mode=full>

Cunha, J. B. R. (2008). *Abordagem da compreensão na leitura no Ensino Básico em Cabo Verde*. Dissertação de mestrado não publicada. Aveiro: Universidade de Aveiro. Consultado em fevereiro de 2013, em <http://ria.ua.pt/bitstream/10773/1352/1/2009000347.pdf>

Dias, M. L. C. (2006). *Hábitos alimentares/estilos de vida: Conhecer e intervir para prevenir. Uma proposta didática*. Aveiro: Universidade de Aveiro. Consultado em março de 2013, em <https://ria.ua.pt/bitstream/10773/8677/1/tese.pdf>.

Gomes, J. A. (2006). *Literatura para a infância e a juventude e promoção da leitura*. Consultado em dezembro de 2012, em [http://195.23.38.178/casadaleitura/portalpha/bo/documentos/ot\\_litinf\\_promleit\\_a.pdf](http://195.23.38.178/casadaleitura/portalpha/bo/documentos/ot_litinf_promleit_a.pdf).

Gregório, M. J. (s.d). *Desigualdades sociais, alimentação e obesidade*. Consultado em março de 2013, em <http://www.plataformacontraaobesidade.dgs.pt/PresentationLayer/conteudo.aspx?menuid=507&exmenuid=113&SelMenuId=507>.

Kleiman, A. (2002). *Oficina de leitura: teoria & prática*. Campinas: Pontes Editores.

Lactogal. Consultado em dezembro de 2012, em <http://canalescolar.lactogal.pt/slpage.php?page=15>

Ministério da Educação (1997). Orientações curriculares para a Educação Pré-Escolar. Lisboa. Ministério da Educação. Disponível em: [http://www.dgidc.minedu.pt/recursos/Lists/Repositrio%20Recursos2/Attachments/25/Orientacoes\\_curriculares.pdf](http://www.dgidc.minedu.pt/recursos/Lists/Repositrio%20Recursos2/Attachments/25/Orientacoes_curriculares.pdf)

Ministério da Educação (2006). Orientações para atividades de leitura: programa – está na hora dos livros. Lisboa. Ministério da Educação [disponível em: [http://www.planonacionaldeleitura.gov.pt/escolas/uploads/formacao/brochura\\_david.pdf](http://www.planonacionaldeleitura.gov.pt/escolas/uploads/formacao/brochura_david.pdf)]

Nestlé. Consultado em janeiro de 2013, em <http://www.nestle.pt/>.

Plataforma contra a Obesidade. Consultado em março de 2013, em <http://www.plataformacontraaobesidade.dgs.pt>.

Prole, A. (2005). *O papel das bibliotecas públicas face ao conceito de literacia*. Consultado em dezembro de 2012, em [http://195.23.38.178/casadaleitura/portalbeta/bo/documentos/ot\\_bibliotecas\\_literacia\\_a\\_a.pdf](http://195.23.38.178/casadaleitura/portalbeta/bo/documentos/ot_bibliotecas_literacia_a_a.pdf)

Rodrigues, C. M. F. C. R. *Literatura para a infância em Portugal: conceptualização e contextualização histórica*. Consultado em março de 2013, em <http://editora.unoesc.edu.br/index.php/visaoglobal/article/view/482/227>

Vaz, J. L. P. (2010). *O ensino da compreensão para uma leitura mais eficaz*. Consultado em fevereiro de 2013, em <http://www.exedrajournal.com/docs/02/15-JoaoVaz.pdf>

Veloso, R. M. (2003). *Não- receita para escolher um bom livro*. Consultado em março de 2013, em [http://www.casadaleitura.org/portalbeta/bo/documentos/ot\\_nao\\_receita\\_livro\\_a\\_a.pdf](http://www.casadaleitura.org/portalbeta/bo/documentos/ot_nao_receita_livro_a_a.pdf)

Veloso, R. M. (2006). *A leitura literária*. Consultado em novembro de 2012, em [http://195.23.38.178/casadaleitura/portalbeta/bo/documentos/ot\\_leit\\_litera\\_a\\_C.pdf](http://195.23.38.178/casadaleitura/portalbeta/bo/documentos/ot_leit_litera_a_C.pdf)

Viana, F. L. (s.d.). *Ensinar a ler, aprender a ler: uma análise das componentes linguísticas*. Consultado em novembro de 2012, em [http://repositorio.esepf.pt/bitstream/handle/10000/234/SeE\\_6EnsinarLer.pdf?sequence=1](http://repositorio.esepf.pt/bitstream/handle/10000/234/SeE_6EnsinarLer.pdf?sequence=1)

## ANEXOS



**Anexo 1 – Planificações das sessões da intervenção didática**





## Primeira sessão - Segunda-feira, 19 de novembro de 2012

<b>Áreas de conteúdo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formação pessoal e social;</li> <li>- Expressão e comunicação: <i>domínio da linguagem oral e abordagem à escrita; domínio da expressão plástica;</i></li> <li>- Conhecimento do mundo.</li> </ul>
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover momentos de bem estar e de felicidade entre as crianças;</li> <li>- Fomentar o diálogo entre o grupo;</li> <li>- Estimular o saber escutar;</li> <li>- Estimular a comunicação espontânea;</li> <li>- Desenvolver a participação da criança dentro do grupo;</li> <li>- Promover o contacto com obras de literatura infantil;</li> <li>- Despertar a curiosidade e o desejo de saber;</li> <li>- Promover o consumo de legumes e vegetais;</li> <li>- Estimular o gosto por cantar e dançar;</li> <li>- Abordar questões relacionadas com uma alimentação saudável;</li> <li>- Desenvolver a compreensão na leitura.</li> </ul>
<b>Metas de aprendizagem</b>	<p><b><i>Formação pessoal e social</i></b>  <b>Domínio:</b> <u>Identidade/auto-estima</u>  Meta Final 4) No final da educação pré-escolar, a criança demonstra confiança em experimentar atividades novas, propor ideias e falar num grupo que lhe é familiar.</p> <p><b>Domínio:</b> <u>Independência/autonomia</u>  Meta Final 10) No final da educação pré-escolar, a criança manifesta curiosidade pelo mundo que a rodeia, formulando questões sobre o que observa.  Meta Final 11) No final da educação pré-escolar, a criança revela interesse e gosto por aprender, usando no quotidiano as novas aprendizagens que vai realizando.</p> <p>Meta Final 13) No final da educação pré-escolar, a criança manifesta as suas opiniões, preferências e apreciações críticas, indicando alguns critérios ou razões que as justificam.</p> <p><b>Domínio:</b> <u>Cooperação</u>  Meta Final 21) No final da educação pré-escolar, a criança colabora em atividades de pequeno e grande grupo, cooperando no desenrolar da atividade e/ou na elaboração do produto final.</p> <p><b><i>Domínio da linguagem oral e abordagem à escrita</i></b>  <b>Domínio:</b> <u>Conhecimento das convenções gráficas</u>  Meta Final 16) No final da educação pré-escolar, a criança sabe que a escrita e os desenhos transmitem informação.  Meta Final 17) No final da educação pré-escolar, a criança identifica a capa, a contracapa, as guardas, as folhas de álbuns narrativos.  Meta Final 23) No final da educação pré-escolar, a criança prediz acontecimentos numa narrativa através das ilustrações.</p> <p><b>Domínio:</b> <u>Compreensão de discursos orais e interação verbal</u>  Meta Final 26) No final da educação pré-escolar, a criança faz perguntas e</p>

	<p>responde, demonstrando que compreendeu a informação transmitida oralmente.</p> <p>Meta Final 27) No final da educação pré-escolar, a criança questiona para obter informação sobre algo que lhe interessa.</p> <p>Meta Final 28) No final da educação pré-escolar, a criança relata e recria experiências e papéis.</p> <p>Meta Final 29) No final da educação pré-escolar, a criança descreve acontecimentos, narra histórias com a sequência apropriada, incluindo as principais personagens.</p> <p>Meta Final 30) No final da educação pré-escolar, a criança reconta narrativas ouvidas ler.</p> <p><b>Domínio da expressão plástica</b></p> <p><b>Domínio:</b> <u>Exp. plástica - Desenvolvimento da capacidade de expressão e comunicação</u></p> <p><b>Subdomínio:</b> <i>Produção e Criação</i></p> <p>Meta final 1) Representa vivências individuais, temas, histórias, paisagens entre outros, através de vários meios de expressão (pintura, desenho, colagem, modelagem, entre outros meios expressivos).</p> <p><b>Conhecimento do mundo</b></p> <p><b>Domínio:</b> Conhecimento do ambiente natural e social</p> <p>Meta Final 35) No final da educação pré-escolar, a criança usa e justifica algumas razões de práticas de higiene corporal, alimentar, saúde e segurança (exemplos: lavar as mãos antes das refeições e sempre que necessário, lavar os dentes, lavar os alimentos que se consomem crus, evitar o consumo excessivo de doces e refrigerantes, ir periodicamente ao médico, caminhar pelo passeio, atravessar nas passeadeiras, respeitar semáforos, cuidados a ter com produtos perigosos).</p>
<b>Atividades e estratégias</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Brincar livre;</li> <li>- Diálogo sobre a alimentação;</li> <li>- Previsões sobre a história a partir da capa e do título do livro;</li> <li>- Leitura/exploração em voz alta da obra “A sopa verde” de Chico;</li> <li>- Desenho da comida favorita;</li> <li>- Elaboração da nossa sopa verde (colagem);</li> <li>- Realização da <i>ficha de pré</i>;</li> <li>- Preenchimento do quadro de autoavaliação.</li> </ul>
<b>Recursos</b>	<p><b>Humanos:</b> Crianças; educadora; educadora estagiária e auxiliares de ação educativa.</p> <p><b>Materiais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Livro “A sopa verde” de Chico;</li> <li>- 2 cartolinas (para os quadros);</li> <li>- 25 exemplares do “molde” para o desenho da comida favorita;</li> <li>- Marcadores, lápis de cor e lápis de cera;</li> <li>- Imagens de alimentos diversos para a colagem;</li> <li>- Cola;</li> <li>- Folhas brancas;</li> <li>- 10 exemplares da ficha de pré;</li> <li>- CD com canções diversas;</li> <li>- Rádio;</li> </ul>

	- Máquina fotográfica.
<b>Tempo e espaço</b>	- 9h00 às 12h00 e das 14h00 às 16h00; - Sala; - Espaço exterior da instituição.
<b>Avaliação</b>	- Observação, participação e questionamento às crianças; - Análise dos registos decorrentes do diálogo, da gravação da atividade de reconto e dos dados registados no quadro.

### O que e como vou fazer:

Depois de todas as crianças estarem reunidas na sala, iniciarei a manhã (9h00 às 10h00) dando espaço para o brincar livre.

De seguida, solicitarei às crianças que arrumem a sala para iniciar a *hora da manta* (10h00 às 10h45) onde haverá espaço para a partilha de novidades sobre o fim-de-semana e para um diálogo sobre a alimentação, interrogando as crianças sobre *o que comeram ao pequeno-almoço* e *quais são as suas comidas favoritas*.

Posteriormente, partindo do título e da capa da obra “*A sopa verde*”, as crianças serão convidadas a formular hipóteses sobre a história. Seguidamente farei a leitura em voz alta da mesma, mostrando as ilustrações, seguida da sua exploração interrogando as crianças sobre as personagens e a mensagem que nos passa o porquinho.

Terminada a leitura, solicitarei o reconto da história a uma criança, com a minha ajuda e das restantes crianças com o objetivo de perceber se estas captaram o significado do que ouviram ler e para confirmarmos (ou não) as hipóteses formuladas inicialmente.

Posteriormente (10h45 às 11h30) voltará a haver espaço para as crianças brincarem livremente nos cantinhos da sala e para as crianças, que irei chamando por grupos (divididos por idades) se juntarem a mim, na mesa, para o desenho da sua comida favorita.

De forma a terminar as atividades da manhã (11h30 às 12h00), e se o estado do tempo permitir, deslocar-nos-emos para o espaço exterior da instituição para as

crianças brincarem. Caso não seja possível, voltaremos para a manta para ouvir novamente a história ou canções diversas (dependendo da vontade das crianças) e preparar as crianças para o almoço.

Seguidamente ao almoço (14h00 às 15h00), com as crianças que não dormem a sesta, faremos *a nossa sopa verde* através da colagem de alimentos diversos. Uma vez que as crianças têm vindo a solicitar a *ficha da pré* terei disponíveis para as crianças, que assim o desejarem, realizarem.

Para terminar o dia (15h00 às 16h00) será dado espaço às crianças para brincarem livremente, seguindo-se a reunião na manta onde as crianças, que realizaram o trabalho de colagem, irão explicar às restantes o que estiveram a fazer e para realizar a avaliação do grupo no quadro de autoavaliação disposto na sala.

## Segunda sessão - Terça-feira, 20 de novembro de 2012

<b>Áreas de conteúdo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formação pessoal e social;</li> <li>- Expressão e comunicação: <i>domínio da linguagem oral e abordagem à escrita; domínio das expressões motora e musical; domínio da matemática;</i></li> <li>- Conhecimento do mundo.</li> </ul>
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover momentos de bem estar e de felicidade entre as crianças;</li> <li>- Fomentar o diálogo entre o grupo;</li> <li>- Estimular o saber escutar;</li> <li>- Desenvolver a participação da criança dentro do grupo;</li> <li>- Despertar a curiosidade e o desejo de saber;</li> <li>- Promover o consumo de fruta;</li> <li>- Estimular o gosto por cantar e dançar;</li> <li>- Incutir o gosto pela atividade física;</li> <li>- Desenvolver o espírito cooperativo de grupo;</li> <li>- Relacionar número e quantidade;</li> <li>- Abordar questões relacionadas com uma alimentação saudável;</li> <li>- Analisar a cor, textura, cheiro e sabor da laranja e da cenoura;</li> <li>- Desenvolver a compreensão na leitura.</li> </ul>
<b>Metas de aprendizagem</b>	<p><b><i>Formação pessoal e social</i></b>  <b>Domínio:</b> <u>Independência / autonomia</u>  Meta Final 13) No final da educação pré-escolar, a criança manifesta as suas opiniões, preferências e apreciações críticas, indicando alguns critérios ou razões que as justificam.</p> <p><b>Domínio:</b> <u>Cooperação</u>  Meta Final 21) No final da educação pré-escolar, a criança colabora em atividades de pequeno e grande grupo, cooperando no desenrolar da atividade e/ou na elaboração do produto final.</p> <p><b><i>Domínio da linguagem oral e abordagem à escrita</i></b>  <b>Domínio:</b> <u>Conhecimento das convenções gráficas</u>  Meta Final 16) No final da educação pré-escolar, a criança sabe que a escrita e os desenhos transmitem informação.</p> <p><b>Domínio:</b> <u>Compreensão de discursos orais e interação verbal</u>  Meta Final 26) No final da educação pré-escolar, a criança faz perguntas e responde, demonstrando que compreendeu a informação transmitida oralmente.  Meta Final 27) No final da educação pré-escolar, a criança questiona para obter informação sobre algo que lhe interessa.  Meta Final 28) No final da educação pré-escolar, a criança relata e recria experiências e papéis.  Meta Final 32) No final da educação pré-escolar, a criança partilha informação oralmente através de frases coerentes.</p> <p><b><i>Domínio das expressões motora e musical</i></b>  <b>Domínio:</b> Expressão motora  <b>Subdomínio:</b> <u>Jogos</u>  Meta final 57) No final da educação pré-escolar, a criança pratica jogos infantis, cumprindo as suas regras, selecionando e realizando com intencionalidade e oportunidade as ações características desses jogos.</p>

	<p><b>Domínio:</b> Expressão musical - Desenvolvimento da capacidade de exp. e com.</p> <p><b>Subdomínio:</b> Interpretação e comunicação</p> <p>Meta final 27) No final da educação pré-escolar, a criança canta canções utilizando a memória, com controlo progressivo da melodia, da estrutura rítmica (pulsação e acentuação) e da respiração.</p> <p><b>Domínio da matemática</b></p> <p><b>Domínio:</b> Números e operações</p> <p>Meta Final 4) No final da educação pré-escolar, a criança reconhece os números como identificação do número de objetos de um conjunto.</p> <p><b>Conhecimento do mundo</b></p> <p><b>Domínio:</b> Conhecimento do ambiente natural e social</p> <p>Meta Final 35) No final da educação pré-escolar, a criança usa e justifica algumas razões de práticas de higiene corporal, alimentar, saúde e segurança (exemplos: lavar as mãos antes das refeições e sempre que necessário, lavar os dentes, lavar os alimentos que se consomem crus, evitar o consumo excessivo de doces e refrigerantes, ir periodicamente ao médico, caminhar pelo passeio, atravessar nas passeadeiras, respeitar semáforos, cuidados a ter com produtos perigosos).</p>
<b>Atividades e estratégias</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Brincar livre;</li> <li>- Diálogo sobre as sopas do porquinho;</li> <li>- Apresentação dos desenhos sobre as comidas favoritas;</li> <li>- Prova de gelatina de morango;</li> <li>- Atividade motora:             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aquecimento: Dança das músicas “<i>Chu chuá</i>” e “<i>Cabeça, ombros, joelhos e pés</i>” do Panda;</li> <li>- Jogos: Ordenação das imagens da história “<i>A sopa verde</i>” e “<i>brincando com o cuquedo</i>” (<i>dramatização do cuquedo</i>);</li> <li>- Dança da música “<i>pinguim</i>” do Panda;</li> </ul> </li> <li>- Realização da <i>ficha de pré</i>;</li> <li>- Preenchimento do quadro de autoavaliação.</li> </ul>
<b>Recursos</b>	<p><b>Humanos:</b> Crianças; educadora; educadora estagiária e auxiliares de ação educativa.</p> <p><b>Materiais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Livro “<i>A sopa verde</i>” de Chico;</li> <li>- CD com canções diversas;</li> <li>- Rádio;</li> <li>- 5 grupos das imagens da história;</li> <li>- Máscaras das personagens da história do <i>cuquedo</i>;</li> <li>- 10 exemplares da <i>ficha da pré</i>;</li> <li>- Máquina fotográfica.</li> </ul>
<b>Tempo e espaço</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 9h00 às 12h00 e das 14h00 às 16h00;</li> <li>- Sala;</li> <li>- Dormitório;</li> <li>- Espaço exterior da instituição.</li> </ul>
<b>Avaliação</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observação, participação e questionamento às crianças;</li> <li>- Análise dos registos decorrentes do primeiro diálogo, das notas escritas sobre o que as crianças disseram durante a apresentação dos desenhos e análise das</li> </ul>

	fotos do jogo de ordenação das imagens feita por cada grupo.
--	--

### **O que e como vou fazer:**

Depois de todas as crianças estarem reunidas na sala, iniciarei a manhã (9h00 às 10h00) dando espaço para o brincar livre.

De seguida, solicitarei às crianças que arrumem a sala para iniciar a *hora da manta* (10h00 às 10h30) onde haverá espaço para um diálogo sobre as sopas do porquinho do álbum “*A sopa verde*” e para cada criança apresentar o desenho da sua comida favorita, realizado no dia anterior. Através desta apresentação irei, em conjunto com as crianças, tentar identificar a comida desenhada e refletir sobre se será ou não saudável.

Posteriormente (10h30 às 11h10), darei a cada criança um copo com gelatina de morango (poção mágica para dar energia) e, depois das crianças terem ido à casa de banho e estarem reunidas, deslocar-nos-emos para o dormitório para uma sessão de expressão motora. Começaremos com um breve aquecimento com a dança das canções “*chu chuí*” e “*cabeça, ombros joelhos e pés*” do Panda. Seguidamente, com as crianças divididas por grupos (escolhidos aleatoriamente), darei início aos jogos. No primeiro, terei as imagens da história agrupadas em diversos locais do dormitório e, cada grupo de crianças, terá de as ordenar corretamente. O segundo, já realizado, consiste na dramatização do *cuquedo*. Para terminar a sessão, as crianças dançarão a música “*pinguim*” do Panda.

De forma a terminar as atividades da manhã (11h10 às 12h00), as crianças poderão brincar livremente nos cantinhos da sala e, e o estado do tempo permitir, deslocar-nos-emos para o espaço exterior da instituição para as crianças brincarem. Caso não seja possível, voltaremos para a manta para ouvir canções diversas e preparar as crianças para o almoço.

Seguidamente ao almoço (14h00 às 15h00) juntarei as crianças, que não dormem a sesta, na mesa para a realização da *ficha da pré* de matemática que consiste na associação do algarismo correto a um dado conjuntos de imagens.

Para terminar o dia (15h00 às 16h00) será dado espaço às crianças para brincarem livremente seguindo-se a reunião na manta para realizar a avaliação do grupo no quadro de autoavaliação disposto na sala, cantar e dançar.



## Terceira sessão - Segunda-feira, 3 de dezembro de 2012

<b>Áreas de conteúdo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formação pessoal e social;</li> <li>- Expressão e comunicação: <i>domínio da linguagem oral e abordagem à escrita; domínio da expressão plástica;</i></li> <li>- Conhecimento do mundo.</li> </ul>
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover momentos de bem estar e de felicidade entre as crianças;</li> <li>- Fomentar o diálogo entre o grupo;</li> <li>- Estimular o saber escutar;</li> <li>- Estimular a comunicação espontânea;</li> <li>- Desenvolver a participação da criança dentro do grupo;</li> <li>- Analisar a roda dos alimentos;</li> <li>- Promover o contacto com obras de literatura infantil;</li> <li>- Despertar a curiosidade e o desejo de saber;</li> <li>- Abordar questões relacionadas com uma alimentação saudável;</li> <li>- Desenvolver a compreensão na leitura.</li> </ul>
<b>Metas de aprendizagem</b>	<p><b><i>Formação pessoal e social</i></b>  <b>Domínio: <u>Identidade/auto-estima</u></b>  Meta Final 4) No final da educação pré-escolar, a criança demonstra confiança em experimentar atividades novas, propor ideias e falar num grupo que lhe é familiar.</p> <p><b>Domínio: <u>Independência/autonomia</u></b>  Meta Final 10) No final da educação pré-escolar, a criança manifesta curiosidade pelo mundo que a rodeia, formulando questões sobre o que observa.  Meta Final 11) No final da educação pré-escolar, a criança revela interesse e gosto por aprender, usando no quotidiano as novas aprendizagens que vai realizando.</p> <p>Meta Final 13) No final da educação pré-escolar, a criança manifesta as suas opiniões, preferências e apreciações críticas, indicando alguns critérios ou razões que as justificam.</p> <p><b>Domínio: <u>Cooperação</u></b>  Meta Final 21) No final da educação pré-escolar, a criança colabora em atividades de pequeno e grande grupo, cooperando no desenrolar da atividade e/ou na elaboração do produto final.</p> <p><b><i>Domínio da linguagem oral e abordagem à escrita</i></b>  <b>Domínio: <u>Conhecimento das convenções gráficas</u></b>  Meta Final 16) No final da educação pré-escolar, a criança sabe que a escrita e os desenhos transmitem informação.  Meta Final 17) No final da educação pré-escolar, a criança identifica a capa, a contracapa, as guardas, as folhas de álbuns narrativos.  Meta Final 23) No final da educação pré-escolar, a criança prediz acontecimentos numa narrativa através das ilustrações.</p> <p><b>Domínio: <u>Compreensão de discursos orais e interação verbal</u></b>  Meta Final 26) No final da educação pré-escolar, a criança faz perguntas e responde, demonstrando que compreendeu a informação transmitida oralmente.  Meta Final 27) No final da educação pré-escolar, a criança questiona para obter informação sobre algo que lhe interessa.</p>

	<p>Meta Final 28) No final da educação pré-escolar, a criança relata e recria experiências e papéis.</p> <p>Meta Final 29) No final da educação pré-escolar, a criança descreve acontecimentos, narra histórias com a sequência apropriada, incluindo as principais personagens.</p> <p>Meta Final 30) No final da educação pré-escolar, a criança reconta narrativas ouvidas ler.</p> <p>Meta Final 31) No final da educação pré-escolar, a criança descreve pessoas, objetos e ações.</p> <p>Meta Final 32) No final da educação pré-escolar, a criança partilha informação oralmente através de frases coerentes.</p> <p><b><i>Domínio da expressão plástica</i></b></p> <p><b>Domínio:</b> <u>Exp. dramática/teatro – desenvolvimento da criatividade</u></p> <p><b>Subdomínio:</b> <i>Experimentação e criação/fruição e análise</i></p> <p>Meta final 12) No final da educação pré-escolar, a criança exprime opiniões pessoais, em situações de experimentação/criação e de fruição.</p> <p><b><i>Conhecimento do mundo</i></b></p> <p><b>Domínio:</b> <u>Conhecimento do ambiente natural e social</u></p> <p>Meta Final 35) No final da educação pré-escolar, a criança usa e justifica algumas razões de práticas de higiene corporal, alimentar, saúde e segurança (exemplos: lavar as mãos antes das refeições e sempre que necessário, lavar os dentes, lavar os alimentos que se consomem crus, evitar o consumo excessivo de doces e refrigerantes, ir periodicamente ao médico, caminhar pelo passeio, atravessar nas passeadeiras, respeitar semáforos, cuidados a ter com produtos perigosos).</p>
<b>Atividades e estratégias</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Brincar livre;</li> <li>- Leitura/exploração da roda dos alimentos;</li> <li>- Apresentação/exploração da obra “A viagem ao mundo da alimentação” de Manuela Leitão;</li> <li>- Dramatização da história – preenchimento de uma roda dos alimentos;</li> <li>- Previsões sobre a história a partir da capa e do título do livro;</li> <li>- Audição de canções diversas;</li> <li>- Realização da <i>ficha de pré</i>;</li> <li>- Visualização de um vídeo sobre a roda dos alimentos;</li> <li>- Preenchimento do quadro de autoavaliação.</li> </ul>
<b>Recursos</b>	<p><b>Humanos:</b> Crianças; educadora; educadora estagiária e auxiliares de ação educativa.</p> <p><b>Materiais:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Roda dos alimentos (imagem);</li> <li>- Livro “A viagem ao mundo da alimentação” de Manuela Leitão;</li> <li>- “Caixa de histórias”;</li> <li>- “Molde” da roda dos alimentos;</li> <li>- Imagens de alimentos diversos;</li> <li>- Cartolinas;</li> <li>- 10 exemplares da ficha de pré;</li> <li>- Vídeo relativo à roda dos alimentos;</li> <li>- CD com canções diversas;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rádio;</li> <li>- Máquina fotográfica.</li> </ul>
<b>Tempo e espaço</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 9h00 às 12h00 e das 14h00 às 16h00;</li> <li>- Sala;</li> <li>- Espaço exterior da instituição.</li> </ul>
<b>Avaliação</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observação, participação e questionamento às crianças;</li> <li>-Análise das fotografias relativas à forma como as crianças associaram os alimentos às secções da roda dos alimentos e das notas escritas relativas às justificações apresentadas.</li> </ul>

### O que e como vou fazer:

Depois de todas as crianças estarem reunidas na sala, iniciarei a manhã (9h00 às 10h00) dando espaço para o brincar livre.

De seguida, solicitarei às crianças que arrumem a sala para iniciar a *hora da manta* (10h00 às 10h45) onde haverá espaço para a partilha de novidades sobre o fim-de-semana e para a apresentação e exploração da roda dos alimentos, lançando questões às crianças como: *em quantos grupos está dividida; o que constitui cada um dos grupos; porque será que a roda está dividida em grupos com diferentes tamanhos e porque está a água no centro da roda.*

Posteriormente farei a apresentação da obra “*A viagem ao mundo da alimentação*”, seguida da sua leitura por mim realizada, em voz alta, mostrando as ilustrações na “caixa das histórias”.

Terminada a leitura, solicitarei o reconto da história a uma criança, com a minha ajuda e das restantes crianças com o objetivo de perceber se estas captaram o significado do que ouviram ler e para passarmos à sua dramatização. Esta consistirá no preenchimento da roda dos alimentos, com as crianças divididas em sete grupos (cada um preencherá um grupo da roda e eu começo por preencher o espaço relativo à água). Uma vez que o consumo de sal, de cafeína, de açúcar e de álcool é abordado na história, terei dois círculos (um em cartolina amarela, associando o amarelo ao consumir algumas vezes) para as crianças colarem os alimentos que contêm sal e

açúcar e outro (em cartolina vermelha, associando o vermelho ao não consumir) para o álcool e a cafeína.

Posteriormente (10h45 às 11h30) voltará a haver espaço para as crianças brincarem livremente nos cantinhos da sala.

De forma a terminar as atividades da manhã (11h30 às 12h00), e se o estado do tempo permitir, deslocar-nos-emos para o espaço exterior da instituição para as crianças brincarem. Caso não seja possível, voltaremos para a manta para ouvir novamente a história ou canções diversas (dependendo da vontade das crianças) e preparar as crianças para o almoço.

Seguidamente ao almoço (14h00 às 15h00), com as crianças que não dormem a sesta, terei *fichas de pré* (que consistem no recorte de alimentos doces e salgados e colagem no respetivo local) disponíveis para as crianças, que assim o desejarem, realizarem.

Para terminar o dia (15h00 às 16h00) será dado espaço às crianças para brincarem livremente, seguindo-se a reunião na manta para a visualização de um pequeno vídeo sobre a roda dos alimentos e para realizar a avaliação do grupo no quadro de autoavaliação disposto na sala.

## Quarta sessão - Terça-feira, 4 de dezembro de 2012

<b>Áreas de conteúdo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formação pessoal e social;</li> <li>- Expressão e comunicação: <i>domínio da linguagem oral e abordagem à escrita; domínio das expressões motora e musical;</i></li> <li>- Conhecimento do mundo.</li> </ul>
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover momentos de bem estar e de felicidade entre as crianças;</li> <li>- Fomentar o diálogo entre o grupo;</li> <li>- Estimular o saber escutar;</li> <li>- Estimular a comunicação espontânea;</li> <li>- Desenvolver a participação da criança dentro do grupo;</li> <li>- Promover o contacto com obras de literatura infantil;</li> <li>- Despertar a curiosidade e o desejo de saber;</li> <li>- Estimular o gosto por cantar e dançar;</li> <li>- Incutir o gosto pela atividade física;</li> <li>- Desenvolver o espírito cooperativo de grupo;</li> <li>- Abordar questões relacionadas com uma alimentação saudável;</li> <li>- Desenvolver a compreensão na leitura.</li> </ul>
<b>Metas de aprendizagem</b>	<p><b><i>Formação pessoal e social</i></b>  <b>Domínio: <u>Independência/autonomia</u></b>          Meta Final 10) No final da educação pré-escolar, a criança manifesta curiosidade pelo mundo que a rodeia, formulando questões sobre o que observa.          Meta Final 11) No final da educação pré-escolar, a criança revela interesse e gosto por aprender, usando no quotidiano as novas aprendizagens que vai realizando.          Meta Final 13) No final da educação pré-escolar, a criança manifesta as suas opiniões, preferências e apreciações críticas, indicando alguns critérios ou razões que as justificam.  <b>Domínio: <u>Cooperação</u></b>          Meta Final 21) No final da educação pré-escolar, a criança colabora em atividades de pequeno e grande grupo, cooperando no desenrolar da atividade e/ou na elaboração do produto final.  <b><i>Domínio da linguagem oral e abordagem à escrita</i></b>  <b>Domínio: <u>Conhecimento das convenções gráficas</u></b>          Meta Final 16) No final da educação pré-escolar, a criança sabe que a escrita e os desenhos transmitem informação.          Meta Final 17) No final da educação pré-escolar, a criança identifica a capa, a contracapa, as guardas, as folhas de álbuns narrativos.          Meta Final 19) No final da educação pré-escolar, a criança atribui significado à escrita em contexto.          Meta Final 23) No final da educação pré-escolar, a criança prediz acontecimentos numa narrativa através das ilustrações.  <b>Domínio: <u>Compreensão de discursos orais e interação verbal</u></b>          Meta Final 26) No final da educação pré-escolar, a criança faz perguntas e responde, demonstrando que compreendeu a informação transmitida oralmente.          Meta Final 27) No final da educação pré-escolar, a criança questiona para obter informação sobre algo que lhe interessa.</p>

	<p>Meta Final 28) No final da educação pré-escolar, a criança relata e recria experiências e papéis.</p> <p>Meta Final 29) No final da educação pré-escolar, a criança descreve acontecimentos, narra histórias com a sequência apropriada, incluindo as principais personagens.</p> <p>Meta Final 32) No final da educação pré-escolar, a criança partilha informação oralmente através de frases coerentes.</p> <p>Meta Final 33) No final da educação pré-escolar, a criança inicia o diálogo, introduz um tópico e muda de tópico.</p> <p><b><i>Domínio das expressões motora e musical</i></b></p> <p><b>Domínio:</b> Expressão motora</p> <p><i>Subdomínio: Jogos</i></p> <p>Meta final 57) No final da educação pré-escolar, a criança pratica jogos infantis, cumprindo as suas regras, selecionando e realizando com intencionalidade e oportunidade as ações características desses jogos.</p> <p><b>Domínio:</b> <u>Expressão musical - Desenvolvimento da capacidade de exp. e com.</u></p> <p><i>Subdomínio: Interpretação e comunicação</i></p> <p>Meta final 27) No final da educação pré-escolar, a criança canta canções utilizando a memória, com controlo progressivo da melodia, da estrutura rítmica (pulsação e acentuação) e da respiração.</p> <p><b><i>Conhecimento do mundo</i></b></p> <p><b>Domínio:</b> <u>Conhecimento do ambiente natural e social</u></p> <p>Meta Final 35) No final da educação pré-escolar, a criança usa e justifica algumas razões de práticas de higiene corporal, alimentar, saúde e segurança (exemplos: lavar as mãos antes das refeições e sempre que necessário, lavar os dentes, lavar os alimentos que se consomem crus, evitar o consumo excessivo de doces e refrigerantes, ir periodicamente ao médico, caminhar pelo passeio, atravessar nas passeadeiras, respeitar semáforos, cuidados a ter com produtos perigosos).</p>
<b>Atividades e estratégias</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Brincar livre;</li> <li>- Previsão do tema da história a partir da capa e de algumas ilustrações do álbum;</li> <li>- Leitura/exploração do álbum “Petra” de Helga Bansch;</li> <li>- Atividade motora: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Jogo “Vamos ajudar a Petra”;</li> <li>- Jogo “Stop”;</li> <li>- Dança das músicas: “Pinguim” e “Sou uma taça” do Panda e os caricas.</li> </ul> </li> <li>- Diálogo sobre as soluções apresentadas pelas crianças para ajudar a Petra;</li> <li>- Audição de canções diversas;</li> <li>- Realização da <i>ficha de pré</i>;</li> <li>- Preenchimento do quadro de autoavaliação.</li> </ul>
<b>Recursos</b>	<p><b>Humanos:</b> Crianças; educadora; educadora estagiária e auxiliares de ação educativa.</p> <p><b>Materiais:</b> - Livro “Petra” de Helga Bansch;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 30 fotografias diversas para o jogo “Vamos ajudar a Petra”;</li> <li>- 2 cartolinas verdes e 2 cartolinas vermelhas;</li> <li>- 10 exemplares da ficha de pré;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- CD com canções diversas;</li> <li>- Rádio;</li> <li>- Máquina fotográfica.</li> </ul>
<b>Tempo e espaço</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 9h00 às 12h00 e das 14h00 às 16h00;</li> <li>- Sala;</li> <li>- Dormitório;</li> <li>- Espaço exterior da instituição.</li> </ul>
<b>Avaliação</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observação, participação e questionamento às crianças;</li> <li>- Análise do quadro preenchido na hora da manta, das fotos selecionadas pelas crianças no jogo “<i>Vamos ajudar a Petra</i>” e dos registos escritos relativos às justificações apresentadas.</li> </ul>

### O que e como vou fazer:

Depois de todas as crianças estarem reunidas na sala, iniciarei a manhã (9h00 às 10h00) dando espaço para o brincar livre.

De seguida, solicitarei às crianças que arrumem a sala para iniciar a *hora da manta* (10h00 às 10h45) onde farei a apresentação do álbum “*Petra*”, convidando as crianças a prever o tema da história a partir do título e de algumas das suas ilustrações, registando os temas referidos pelas crianças. Seguidamente passarei à sua leitura por mim realizada, em voz alta, mostrando as ilustrações.

Terminada a leitura, solicitarei o reconto da história a uma criança, com a minha ajuda e das restantes crianças com o objetivo de perceber se estas captaram o significado do que ouviram ler e para confirmarmos ou não os temas formulados inicialmente pelas crianças.

Posteriormente (10h45 às 11h10), depois das crianças terem ido à casa de banho e estarem reunidas, deslocar-nos-emos para o dormitório para uma sessão de expressão motora. Começaremos com o jogo “*Vamos ajudar a Petra*”, dispondo os materiais pelo espaço e explicando às crianças em que consiste (terei um conjunto de fotografias diversas com soluções (e não soluções) para o problema da Petra e as crianças terão de selecionar as que ajudam a personagem a emagrecer) seguido do jogo “*Stop*”. Para terminar a sessão, as crianças dançarão as canções do Panda e os caricas “Pinguim” e “Sou uma taça”.

De forma a terminar as atividades da manhã (11h10 às 12h00), as crianças poderão brincar livremente nos cantinhos da sala e, e o estado do tempo permitir, deslocar-nos-emos para o espaço exterior da instituição para as crianças brincarem. Caso não seja possível, voltaremos para a manta para dialogar sobre as soluções apresentadas pelas crianças para ajudar a Petra, ouvir canções diversas e preparar as crianças para o almoço.

Seguidamente ao almoço (14h00 às 15h00), com as crianças que não dormem a sesta, terei *fichas de pré* (que consistem na descoberta do percurso correto (labirinto) de uma criança até uma fatia de melancia) disponíveis para as crianças, que assim o desejarem, realizarem.

Para terminar o dia (15h00 às 16h00) será dado espaço às crianças para brincarem livremente, seguindo-se a reunião na manta para a audição das músicas da festa do Natal e para realizar a avaliação do grupo no quadro de autoavaliação disposto na sala.



## Quinta sessão - Quarta-feira, 5 de novembro de 2012

<b>Áreas de conteúdo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Formação pessoal e social;</li> <li>- Expressão e comunicação: <i>domínio da linguagem oral e abordagem à escrita; domínio da expressão plástica;</i></li> <li>- Conhecimento do mundo.</li> </ul>
<b>Objetivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Promover momentos de bem estar e de felicidade entre as crianças;</li> <li>- Estimular o saber escutar;</li> <li>- Fomentar o diálogo entre o grupo;</li> <li>- Estimular a comunicação espontânea;</li> <li>- Desenvolver a participação da criança dentro do grupo;</li> <li>- Despertar a curiosidade e o desejo de saber;</li> <li>- Abordar questões relacionadas com uma alimentação saudável;</li> <li>- Desenvolver a compreensão na leitura.</li> </ul>
<b>Metas de aprendizagem</b>	<p><b><i>Formação pessoal e social</i></b>  <b>Domínio:</b> <u>Independência / autonomia</u>  Meta Final 10) No final da educação pré-escolar, a criança manifesta curiosidade pelo mundo que a rodeia, formulando questões sobre o que observa.  Meta Final 11) No final da educação pré-escolar, a criança revela interesse e gosto por aprender, usando no quotidiano as novas aprendizagens que vai realizando.  Meta Final 13) No final da educação pré-escolar, a criança manifesta as suas opiniões, preferências e apreciações críticas, indicando alguns critérios ou razões que as justificam.</p> <p><b><i>Domínio da linguagem oral e abordagem à escrita</i></b>  <b>Domínio:</b> <u>Compreensão de discursos orais e interação verbal</u>  Meta Final 26) No final da educação pré-escolar, a criança faz perguntas e responde, demonstrando que compreendeu a informação transmitida oralmente.  Meta Final 27) No final da educação pré-escolar, a criança questiona para obter informação sobre algo que lhe interessa.  Meta Final 32) No final da educação pré-escolar, a criança partilha informação oralmente através de frases coerentes.</p> <p><b><i>Domínio da expressão plástica</i></b>  <b>Domínio:</b> <u>Exp. plástica - desenvolvimento da capacidade de expressão e comunicação</u>  <b>Subdomínio:</b> <i>Produção e criação</i>  Meta final 1) No final da educação pré-escolar a criança, representa vivências individuais, temas, histórias, paisagens entre outros, através de vários meios de expressão (pintura, desenho, colagem, modelagem, entre outros meios expressivos).</p> <p><b><i>Conhecimento do mundo</i></b>  <b>Domínio:</b> Conhecimento do ambiente natural e social  Meta Final 35) No final da educação pré-escolar, a criança usa e justifica algumas razões de práticas de higiene corporal, alimentar, saúde e segurança (exemplos: lavar as mãos antes das refeições e sempre que necessário, lavar os dentes, lavar os alimentos que se consomem crus, evitar o consumo excessivo de doces e refrigerantes, ir periodicamente ao médico, caminhar pelo passeio, atravessar</p>

	nas passeadeiras, respeitar semáforos, cuidados a ter com produtos perigosos).
<b>Atividades e estratégias</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Brincar livre;</li> <li>- Apresentação/análise de uma ementa de cantina;</li> <li>- Construção de dois cartazes com uma versão saudável da ementa;</li> <li>- Verificação da correção dos cartazes elaborados.</li> </ul>
<b>Recursos</b>	<p><b>Humanos:</b> Crianças; educadora; educadora estagiária e auxiliares de ação educativa.</p> <p><b>Materiais:</b> - Ementa;  - Cartolinas;  - Marcadores, lápis de cor, ...</p>
<b>Tempo e espaço</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 9h00 às 12h00;</li> <li>- Sala;</li> <li>- Espaço exterior da instituição.</li> </ul>
<b>Avaliação</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Observação, participação e questionamento às crianças.</li> <li>- Análise das fotos dos cartazes e das notas escritas relativas à reflexão.</li> </ul>

### O que e como vou fazer:

Depois de todas as crianças estarem reunidas na sala, iniciarei a manhã (9h00 às 10h00) dando espaço para o brincar livre.

De seguida, solicitarei às crianças que arrumem a sala para iniciar a *hora da manta* (10h00 às 10h20) onde haverá espaço para as crianças, que assim o entenderem, partilharem o que entenderem e para a apresentação e análise de uma ementa de cantina, interrogando as crianças sobre o que será ou não saudável naquela ementa.

Seguidamente (10h20 às 10h45) irei dividir o grupo de crianças em dois (um com as crianças mais novas e outro com as crianças mais velhas) e, enquanto o grupo das crianças mais velhas fica a brincar, o outro vem comigo para a mesa para construir, num cartaz, uma versão saudável da ementa apresentada. Assim que este grupo terminar, solicitarei que o segundo grupo se junte a mim para a realização da mesma atividade.

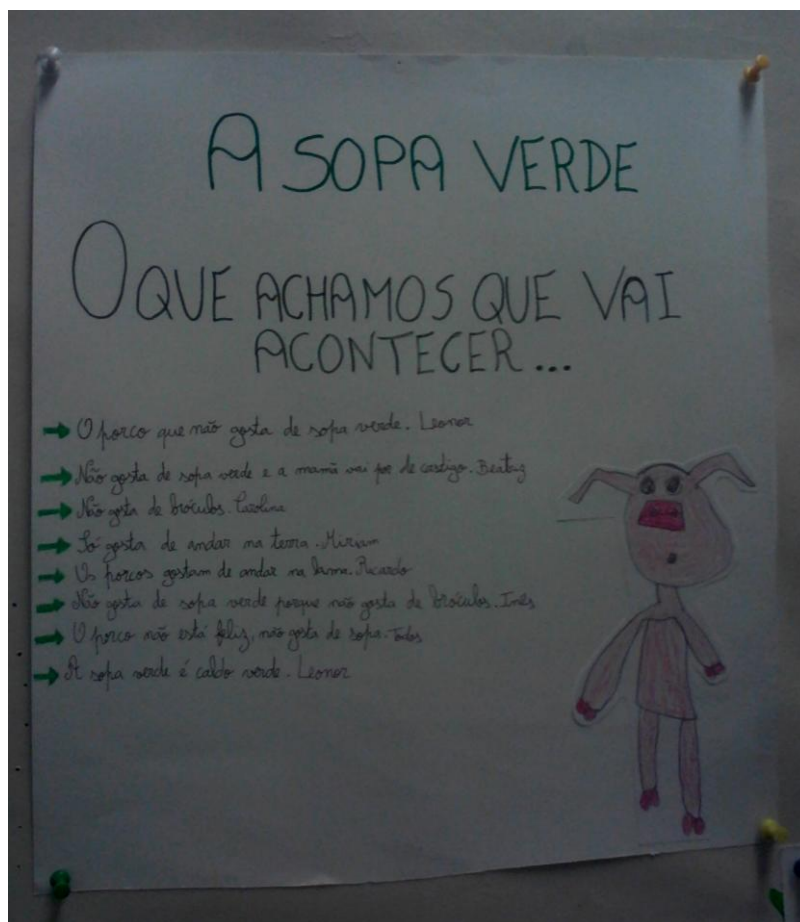
Posteriormente (10h45 às 11h20) convidarei as crianças a reunirem-se novamente na manta para verificarmos a correção dos cartazes elaborados de forma a refletir sobre princípios para uma vida saudável.

De forma a terminar as atividades da manhã (11h20 às 12h00), e se o estado do tempo o permitir, deslocar-nos-emos para o espaço exterior da instituição para as crianças brincarem, caso não seja possível ficaremos a brincar e/ou ouvir canções diversas na sala.

**Anexo 2 – Fotografias de cada sessão**

## Primeira sessão

- Cartaz com as previsões da história *A sopa verde*



- Cartaz com a confirmação/infirmação das previsões da história *A sopa verde*

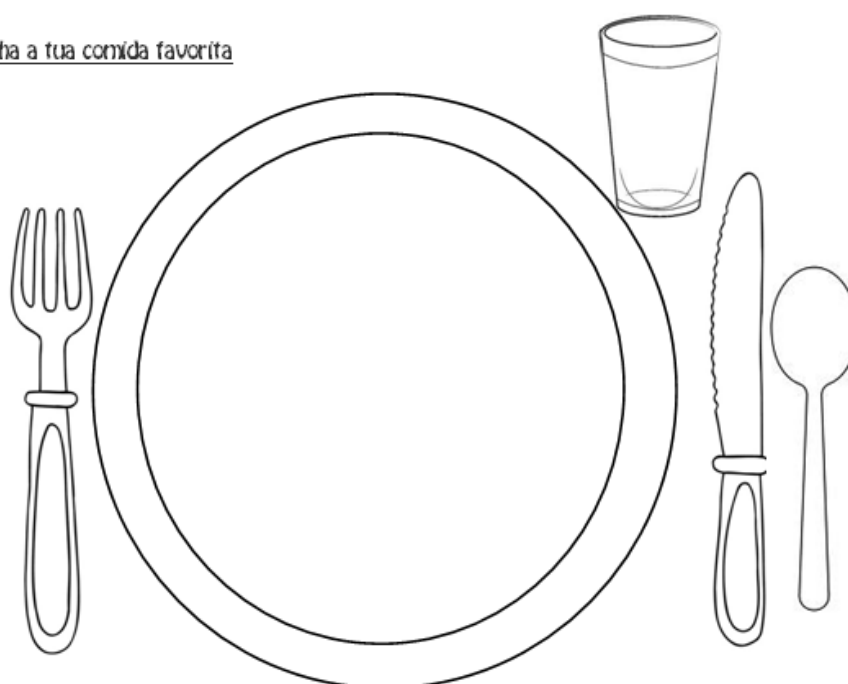


- Placar com os cartazes

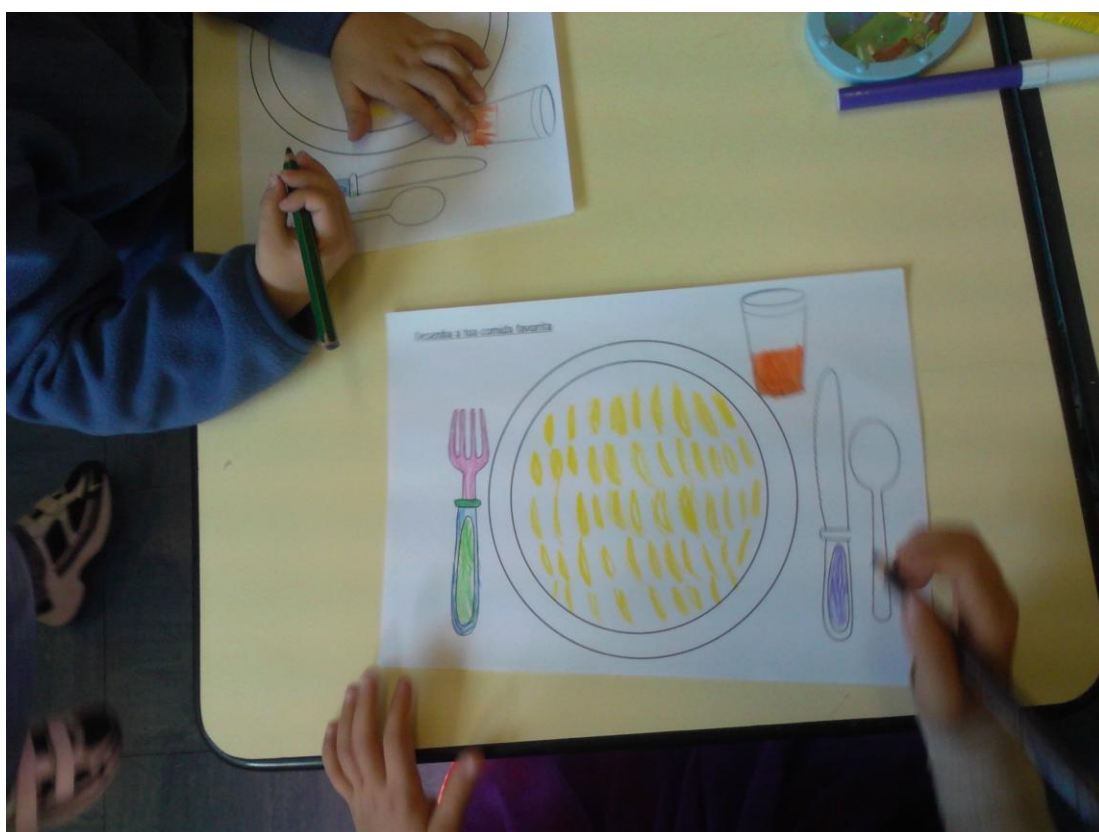


- Molde do desenho da comida favorita

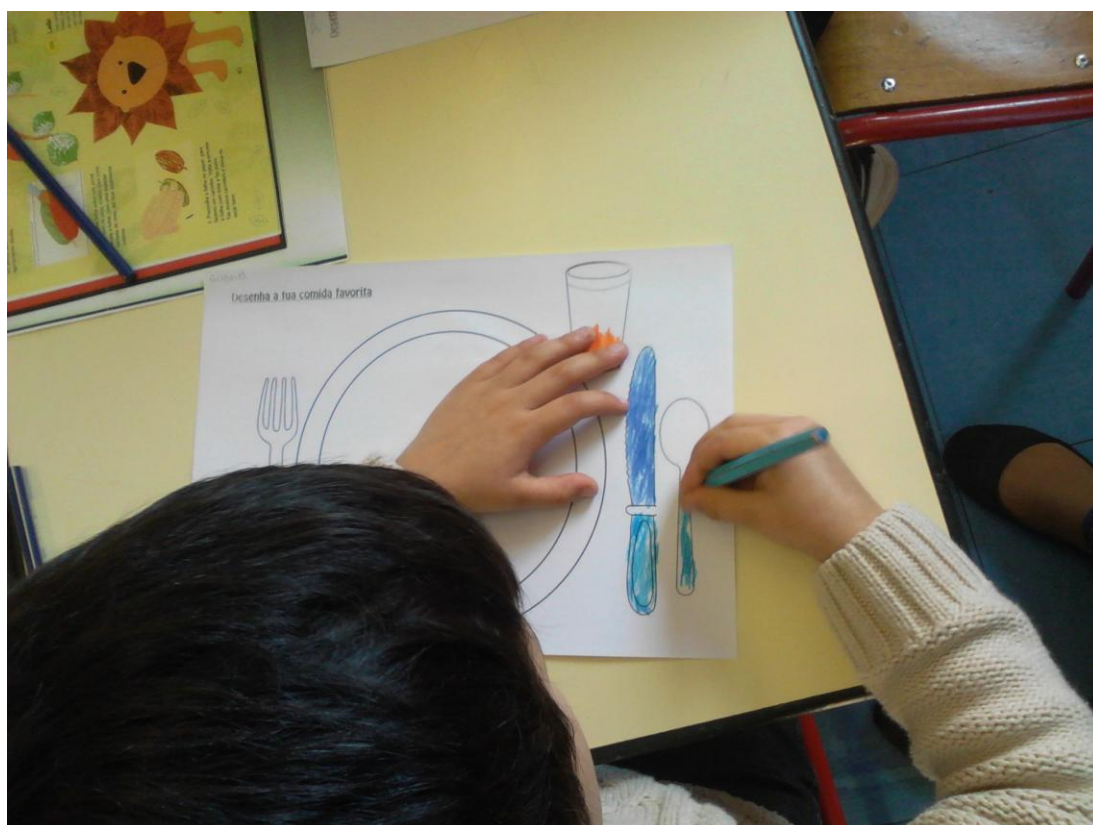
Desenha a tua comida favorita



■ Desenho da comida favorita



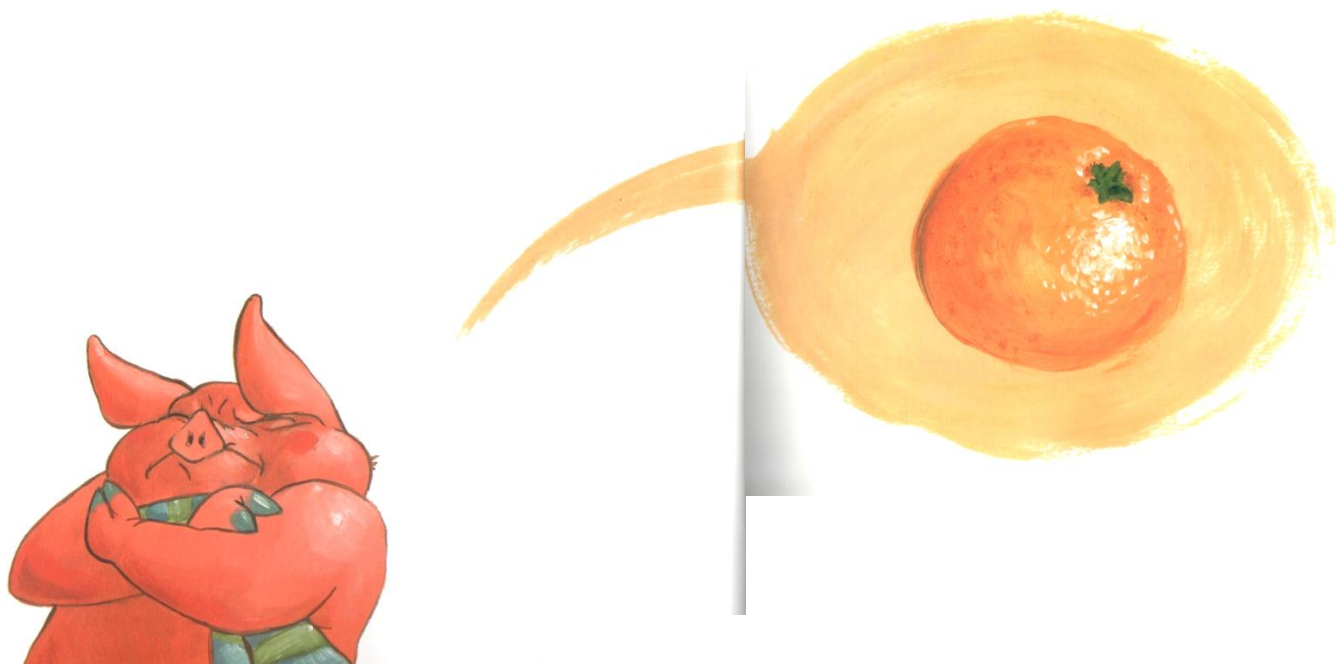






Segunda sessão

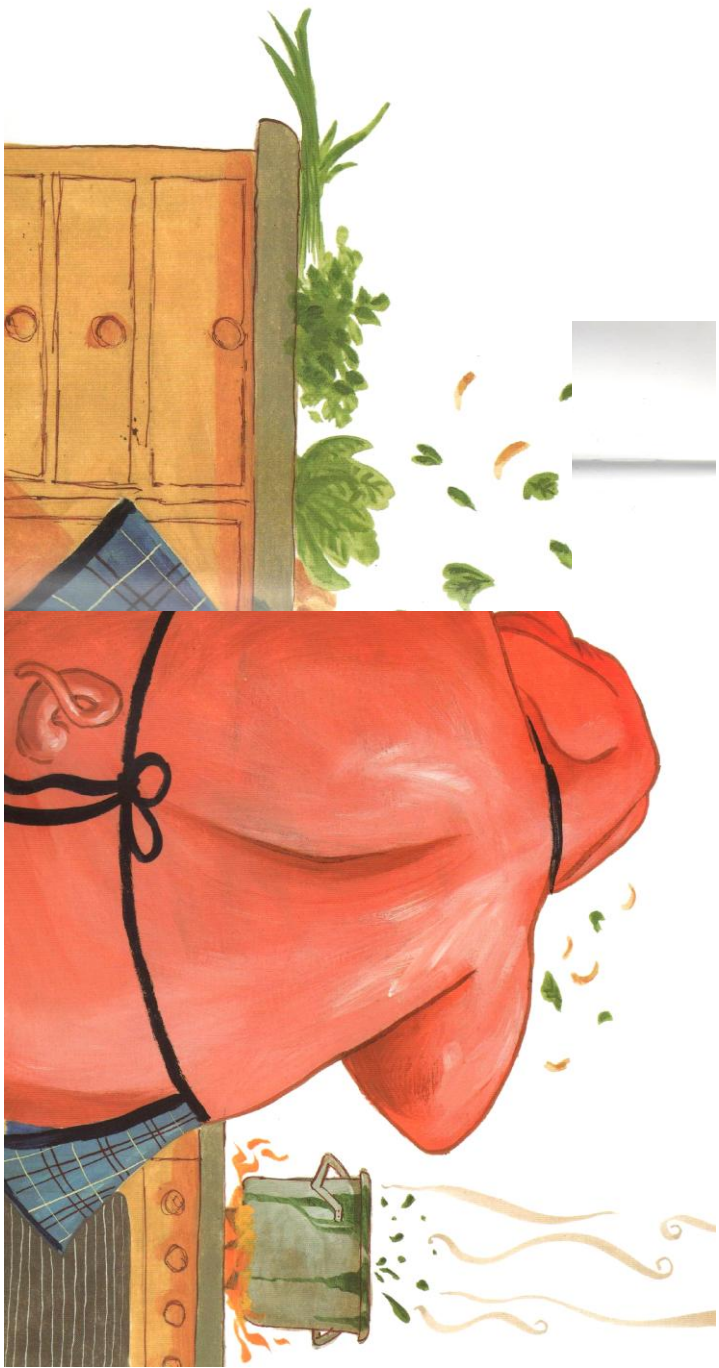
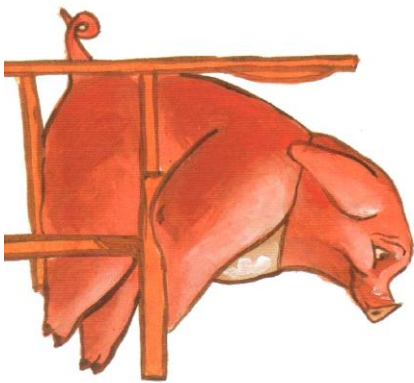
- Imagens para a ordenação da história *A sopa verde*













Jogo: Ordenação das imagens da história *A sopa verde*















### Terceira sessão

- Caixa de histórias



- Construção da roda dos alimentos











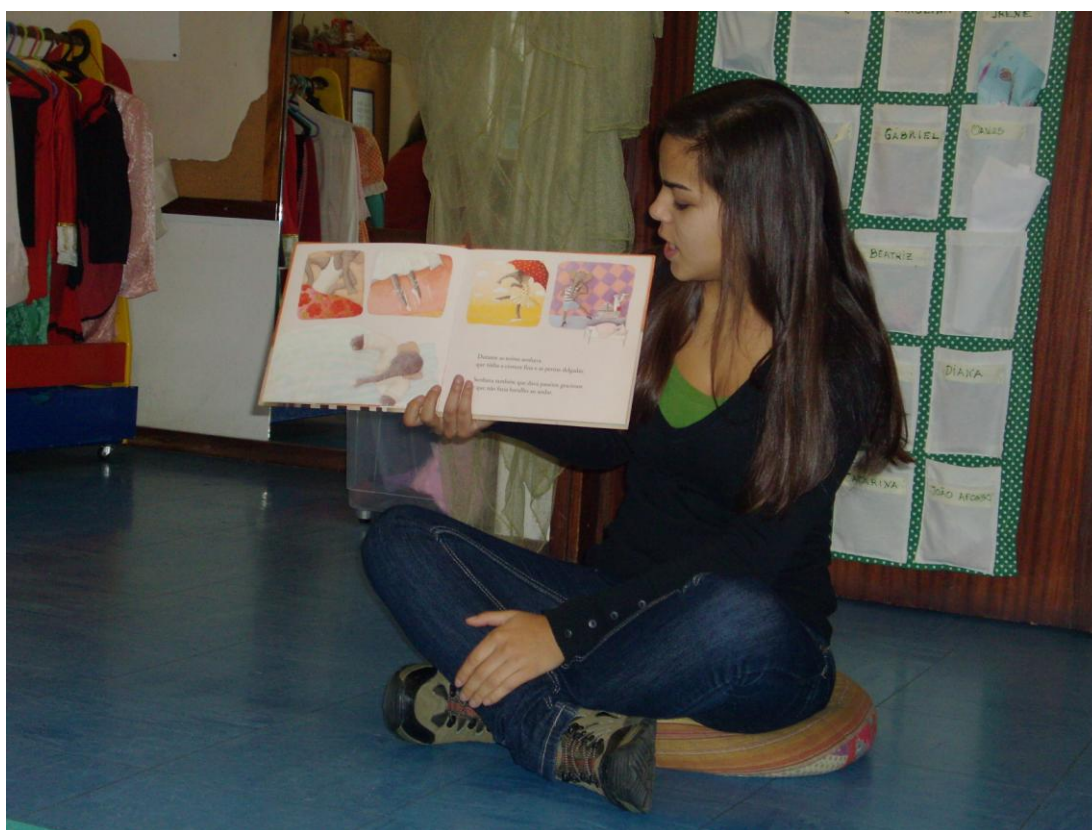


## Quarta sessão

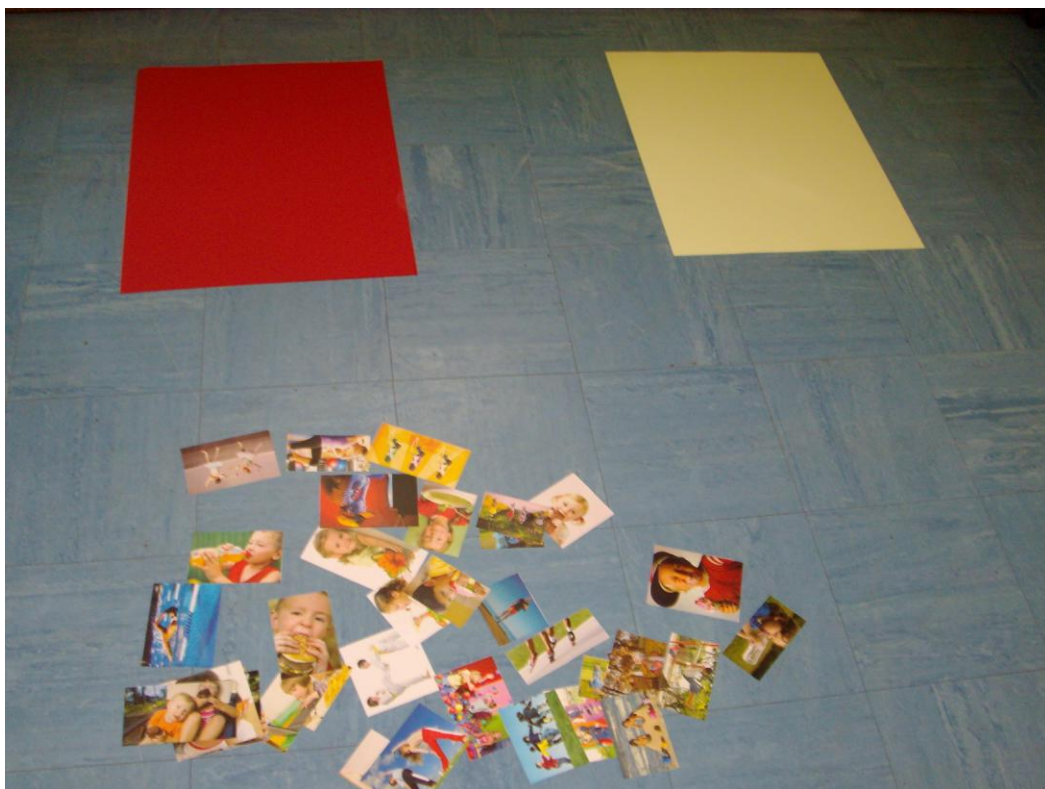
- Exploração do álbum *Petra*





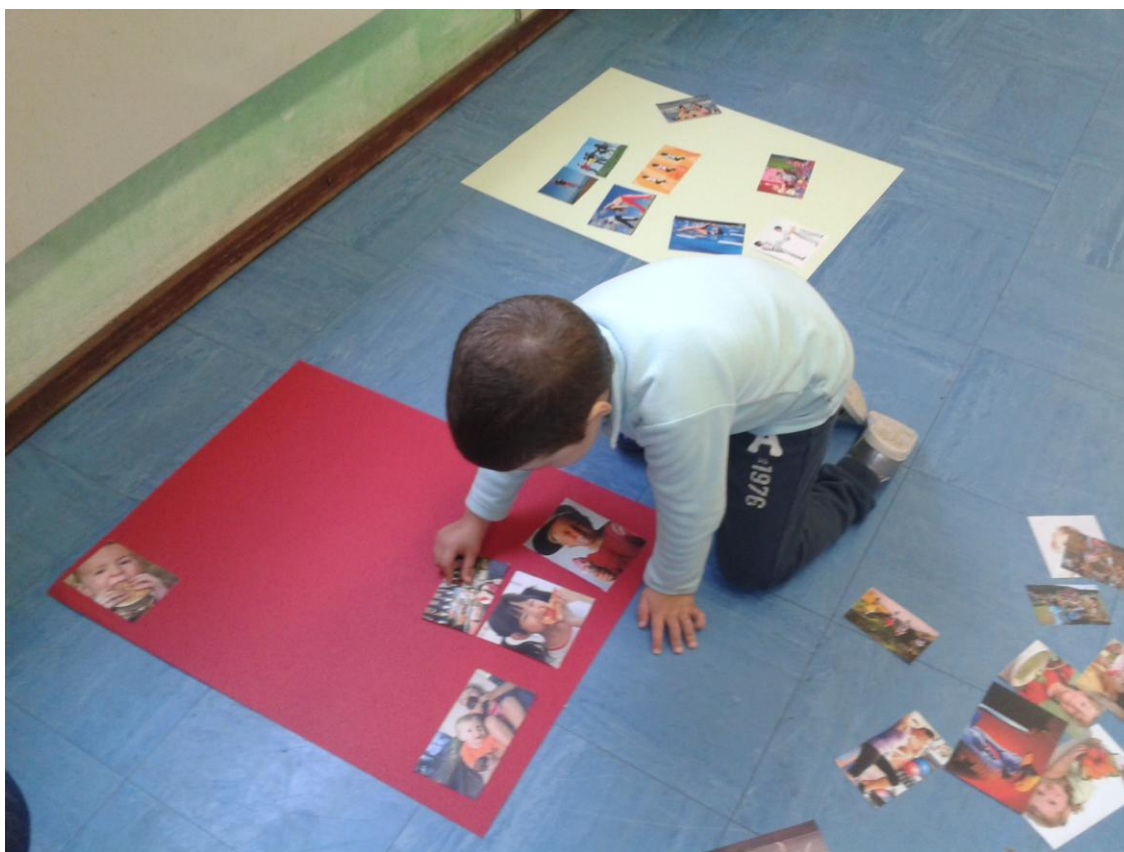


▪ Jogo “Vamos ajudar a Petra”













## Quinta sessão

- Exploração do álbum “A verdadeira história do Capuchinho Vermelho”



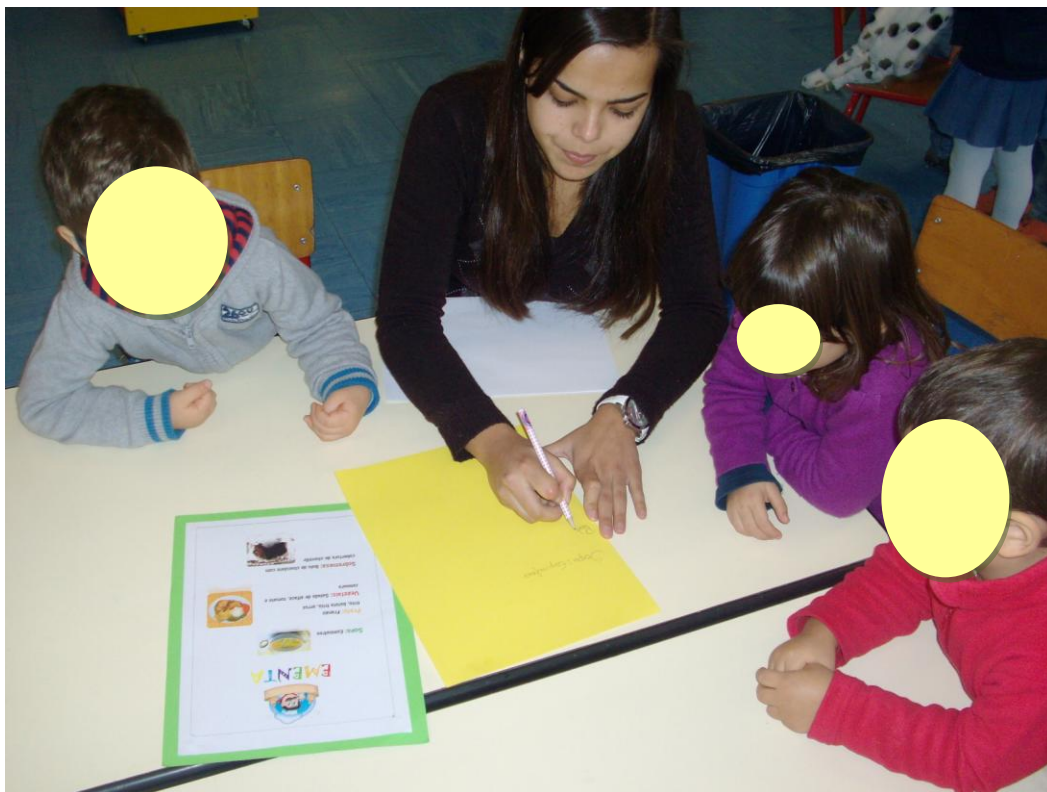


- Análise da ementa



- Construção do cartaz com uma versão saudável da ementa







- Reflexão sobre princípios para uma vida saudável



**Anexo 3 – Desenhos relativos à comida favorita de cada criança**



Desenha a tua comida favorita



ANEXO Anexo Anexo Anexo Anexo

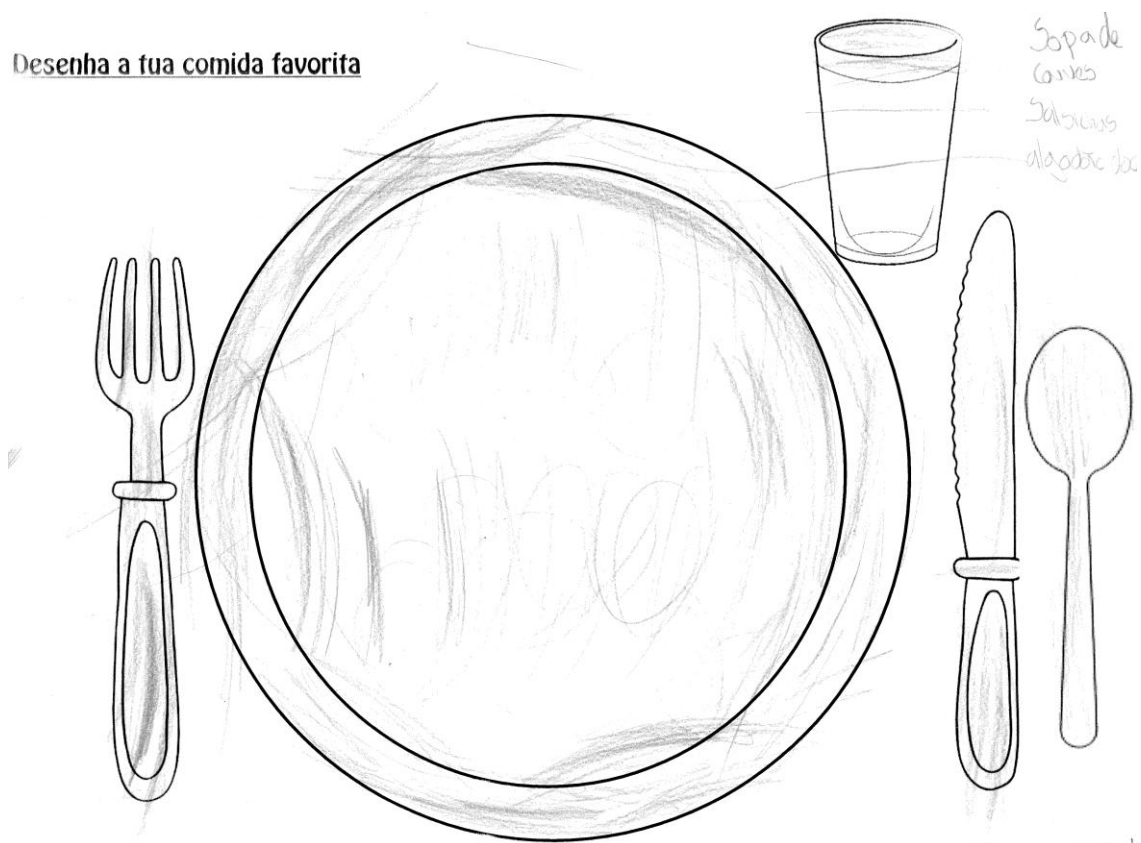
Desenha a tua comida favorita

nhas



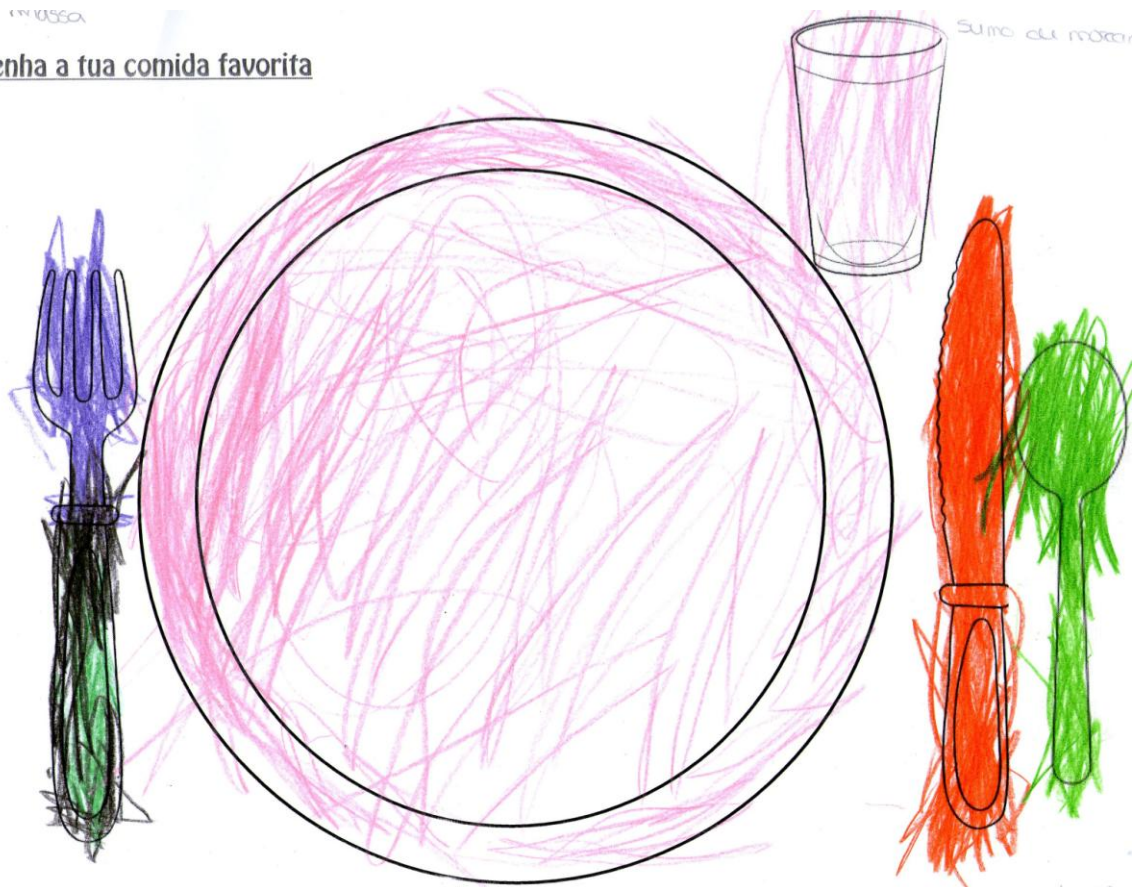
o Anexo Anexo

Desenha a tua comida favorita



qu... mesa

Desenha a tua comida favorita





128a

Desenha a tua comida favorita



Desenha a tua comida favorita

atas fritas  
ssa





Desenha a tua comida favorita



120

Desenha a tua comida favorita

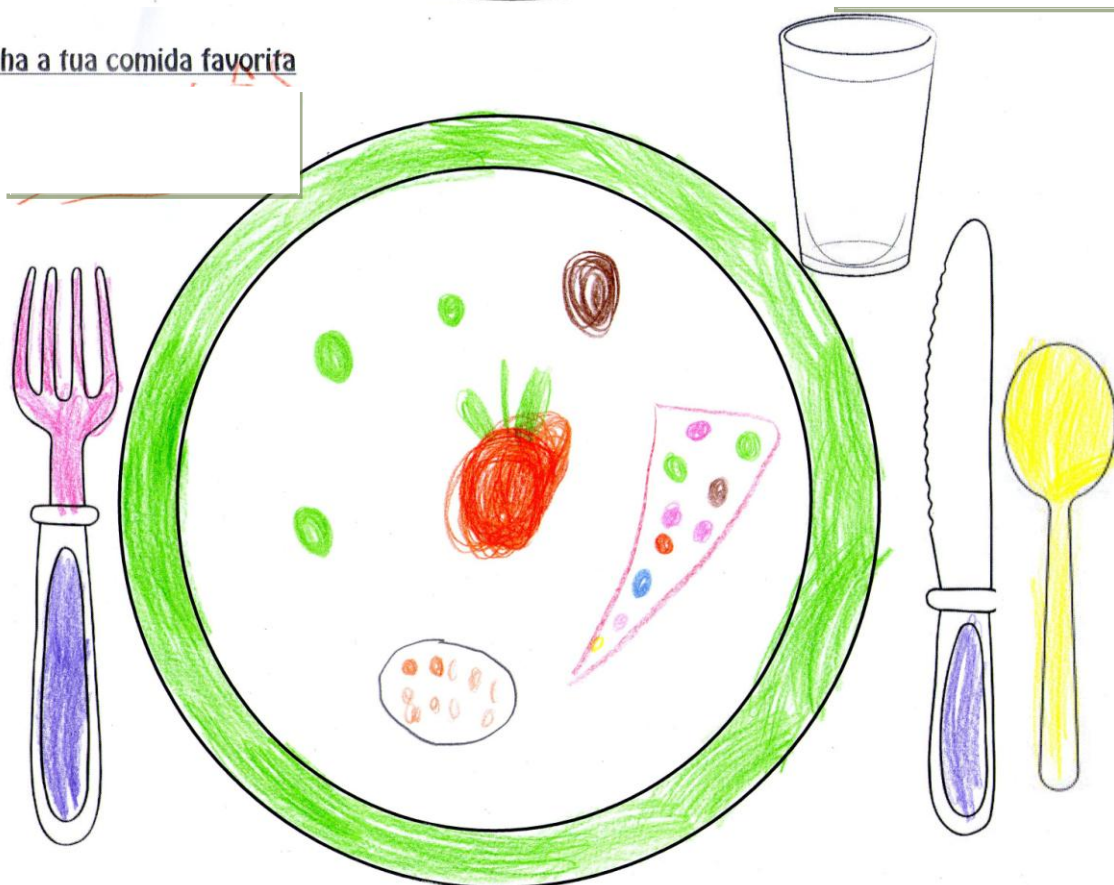
Frutas batidas  
e iogurte.



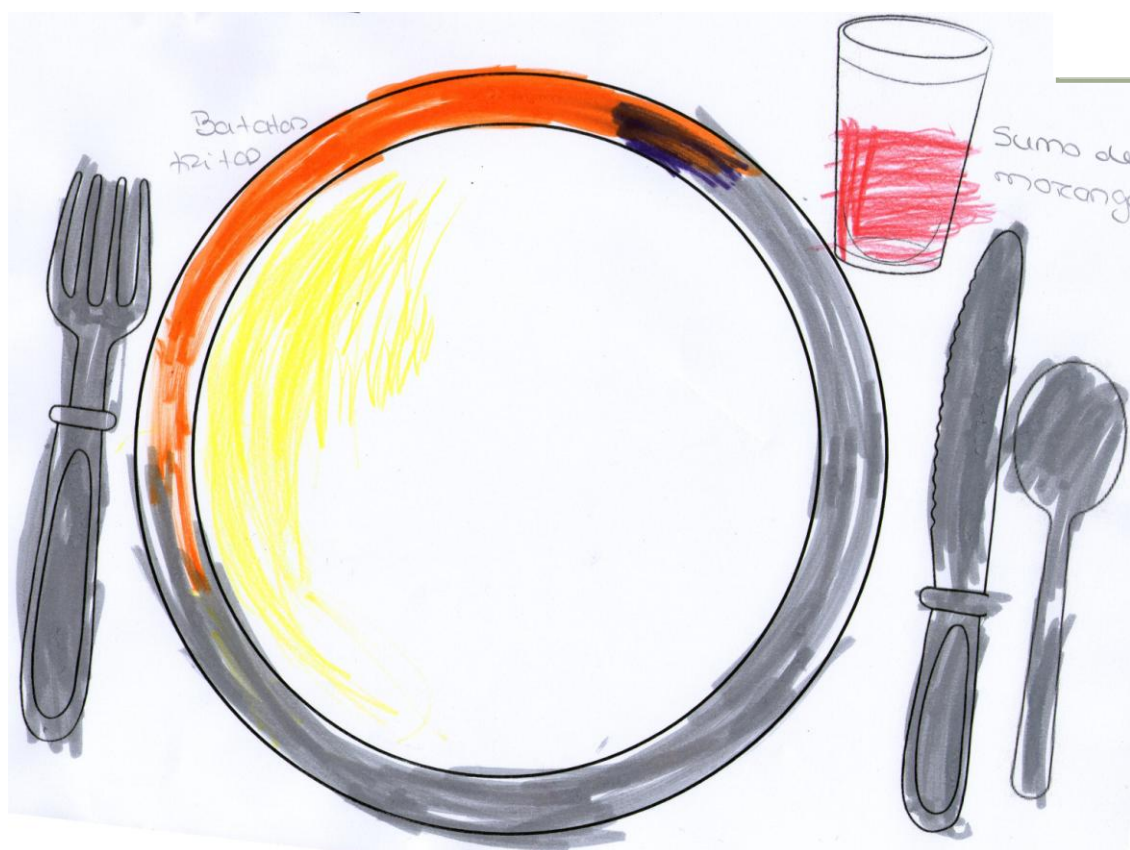
Desenha a tua comida favorita



Desenha a tua comida favorita







Desenha a tua comida favorita

carne de conchinas,  
tchup, tomate.

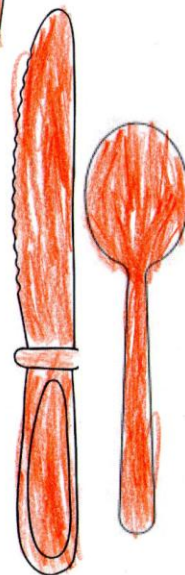


Desenha a tua comida favorita

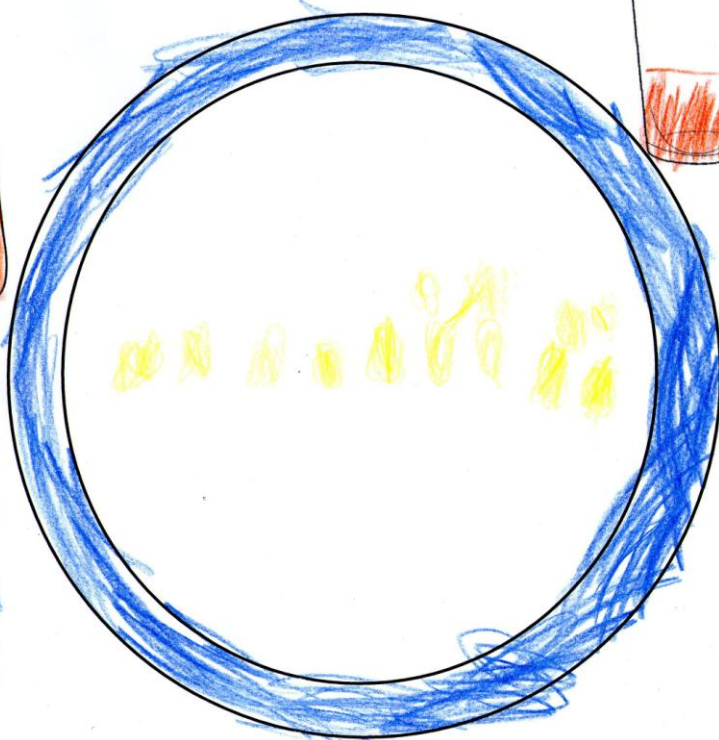
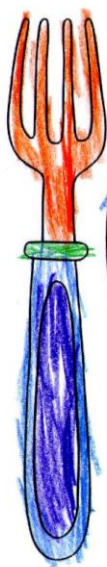
ovos, tomate,  
carne,  
do feijão,  
arroz,



Sumo de  
laranja



Desenha a tua comida favorita





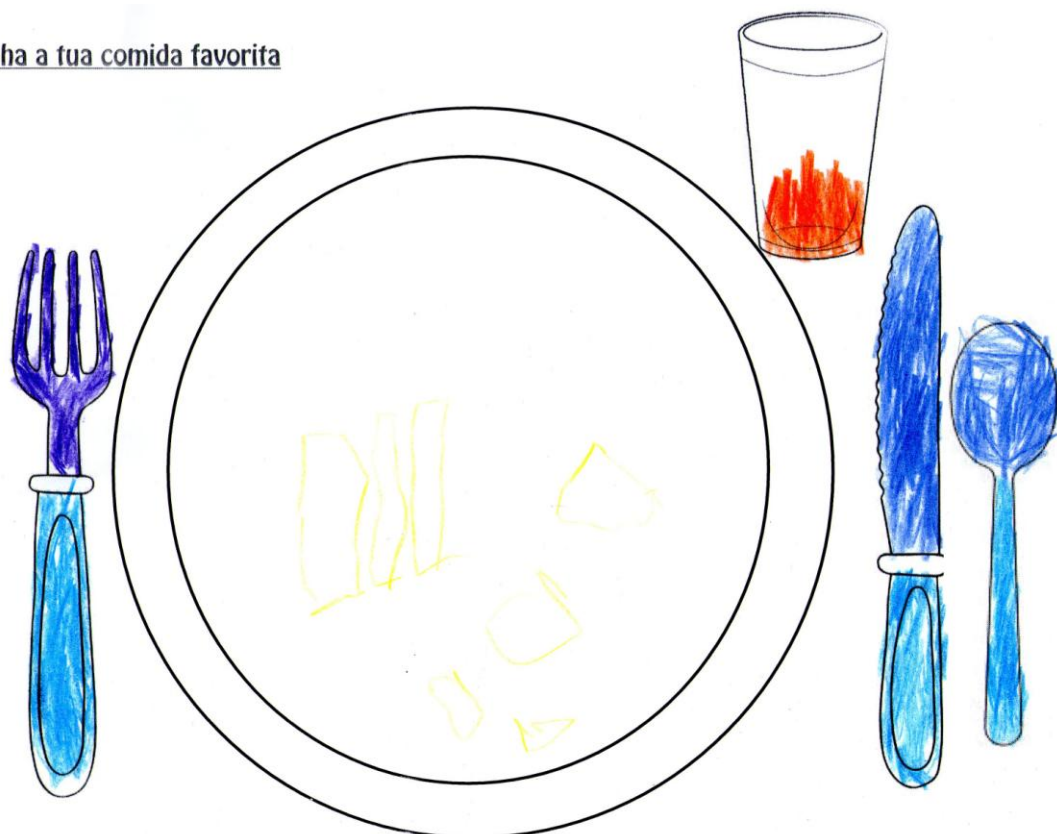
Desenha a tua comida favorita

espilhas  
espinafres



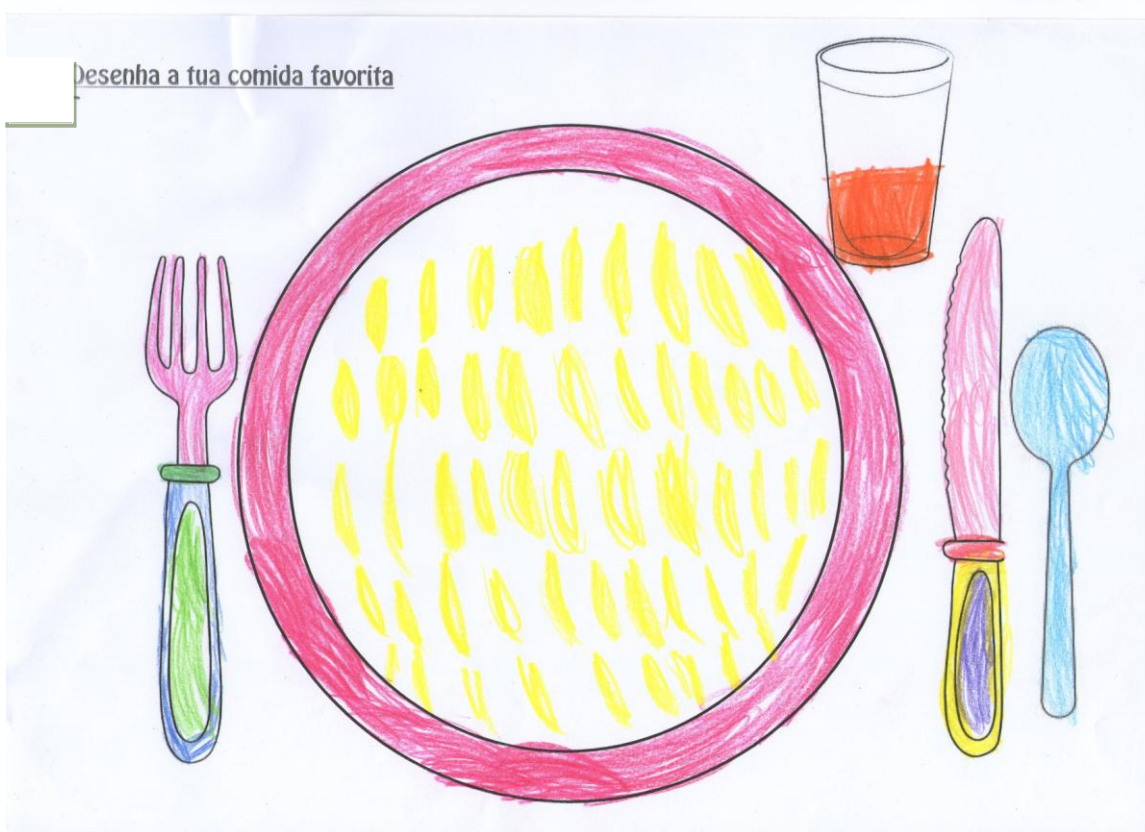
12/11

Desenha a tua comida favorita





Desenha a tua comida favorita



Desenha a tua comida favorita



Índice

Desenha a tua comida favorita



Desenha a tua comida favorita



**Anexo 4 – *Webgrafia* relativa às fotografias utilizadas no jogo “*Vamos ajudar a Petra*”**

**Imagem1-** [http://www.google.pt/imgres?q=correr\\_2&start=464&um=1&hl=pt-PT&tbo=d&biw=1440&bih=809&tbn=isch&tbnid=fXStMWcf1Ldi7M:&imgrefurl=http://loboesportista.blogspot.com/2012/08/ponha-corrida-no-seu-programa-de-treinos.html&docid=cKWliGSnv54iFM&imgurl=http://1.bp.blogspot.com/-lzaOR8GyjuA/UC2Dzb4PeSI/AAAAAAAAAk4/ZwofgQvawNY/s1600/correr\\_2.jpg&w=618&h=510&ei=Q1f1UJaDF8uHhQeN9IFg&zoom=1&iact=rc&dur=504&sig=115360019230182871531&page=12&tbnh=159&tbnw=189&ndsp=42&ved=1t:429,r:86,s:400,i:262&tx=80&ty=79](http://www.google.pt/imgres?q=correr_2&start=464&um=1&hl=pt-PT&tbo=d&biw=1440&bih=809&tbn=isch&tbnid=fXStMWcf1Ldi7M:&imgrefurl=http://loboesportista.blogspot.com/2012/08/ponha-corrida-no-seu-programa-de-treinos.html&docid=cKWliGSnv54iFM&imgurl=http://1.bp.blogspot.com/-lzaOR8GyjuA/UC2Dzb4PeSI/AAAAAAAAAk4/ZwofgQvawNY/s1600/correr_2.jpg&w=618&h=510&ei=Q1f1UJaDF8uHhQeN9IFg&zoom=1&iact=rc&dur=504&sig=115360019230182871531&page=12&tbnh=159&tbnw=189&ndsp=42&ved=1t:429,r:86,s:400,i:262&tx=80&ty=79)

**Imagem2-** <http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7a+a+fazer+exercicio+f%C3%ADsico&hl=pt-PT&sa=X&tbo=d&biw=1440&bih=809&tbn=isch&tbnid=DtgLP2R0YF0AzM:&imgrefurl=http://mundoverde.com.br/blog/2011/10/14/3713/&docid=anCq7rIDVNgnRM&imgurl=http://mundoverde.com.br/blog/wp-content/uploads/2011/10/exercising101-300x195.jpg&w=300&h=195&ei=bkD1UIzYLcSQhQfQwICYDA&zoom=1&iact=rc&dur=405&sig=115360019230182871531&page=1&tbnh=133&tbnw=202&start=0&ndsp=36&ved=1t:429,r:12,s:0,i:117&tx=80&ty=65>

**Imagem3-** [http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7a+a+brincar&hl=pt-PT&tbo=d&noj=1&tbn=isch&tbnid=w5Gu1DoWslzm3M:&imgrefurl=http://jogoebrincadeira.blogspot.com/&docid=gV1q9a07yMSPVM&imgurl=http://2.bp.blogspot.com/\\_lIttVzA5y9U/TBZpLgEPP1I/AAAAAAAAAAM/gSB79yQ\\_3UQ/s1600/819\\_61G.jpg&w=400&h=326&ei=wEL1UO\\_qG8ODhQeC1IH4BQ&zoom=1&iact=rc&dur=406&sig=115360019230182871531&page=1&tbnh=140&tbnw=197&start=0&ndsp=28&ved=1t:429,r:12,s:0,i:183&tx=82&ty=76&biw=1440&bih=809](http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7a+a+brincar&hl=pt-PT&tbo=d&noj=1&tbn=isch&tbnid=w5Gu1DoWslzm3M:&imgrefurl=http://jogoebrincadeira.blogspot.com/&docid=gV1q9a07yMSPVM&imgurl=http://2.bp.blogspot.com/_lIttVzA5y9U/TBZpLgEPP1I/AAAAAAAAAAM/gSB79yQ_3UQ/s1600/819_61G.jpg&w=400&h=326&ei=wEL1UO_qG8ODhQeC1IH4BQ&zoom=1&iact=rc&dur=406&sig=115360019230182871531&page=1&tbnh=140&tbnw=197&start=0&ndsp=28&ved=1t:429,r:12,s:0,i:183&tx=82&ty=76&biw=1440&bih=809)

**Imagem4-** [http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7a+a+saltar+%C3%A0+corda&start=116&hl=pt-PT&tbo=d&noj=1&tbn=isch&tbnid=s7mSIWjYsl36HM:&imgrefurl=http://www.ufmg.br/boletim/bol1602/5.shtml&docid=hNUTfAh8zoNQVM&imgurl=https://www.ufmg.br/boletim/bol1602/img/crianca\\_corda.jpg&w=480&h=237&ei=q0P1UNKdD8yLhQfO8YH](http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7a+a+saltar+%C3%A0+corda&start=116&hl=pt-PT&tbo=d&noj=1&tbn=isch&tbnid=s7mSIWjYsl36HM:&imgrefurl=http://www.ufmg.br/boletim/bol1602/5.shtml&docid=hNUTfAh8zoNQVM&imgurl=https://www.ufmg.br/boletim/bol1602/img/crianca_corda.jpg&w=480&h=237&ei=q0P1UNKdD8yLhQfO8YH)

wCA&zoom=1&iact=hc&vpx=486&vpy=322&dur=6&hovh=158&hovw=320&tx=155&ty=54&sig=115360019230182871531&page=4&tbnh=148&tbnw=296&ndsp=39&ved=1t:429,r:50,s:100,i:154&biw=1440&bih=809

#### **Imagem5-**

[http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7a+a+brincar+na+praia&hl=pt-PT&tbo=d&noj=1&tbm=isch&tbnid=76SxTV9u6KTolM:&imgrefurl=http://propagandasbrinquedosebrincadeiras.blogspot.com/2012/07/a-crianca-aprende-brincando.html&docid=KJv-lYLG2pWPXM&imgurl=http://1.bp.blogspot.com/-bbrniVc38Pc/UA\\_\\_6ifdgXI/AAAAAAAAAa8/j5sQLtlmJW4/s1600/Crianasbrincando.jpg&w=640&h=425&ei=20P1UNCPI4qQhQefpICYBQ&zoom=1&iact=rc&dur=596&sig=115360019230182871531&page=1&tbnh=139&tbnw=196&start=0&ndsp=34&ved=1t:429,r:0,s:0,i:81&tx=108&ty=267&biw=1440&bih=809](http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7a+a+brincar+na+praia&hl=pt-PT&tbo=d&noj=1&tbm=isch&tbnid=76SxTV9u6KTolM:&imgrefurl=http://propagandasbrinquedosebrincadeiras.blogspot.com/2012/07/a-crianca-aprende-brincando.html&docid=KJv-lYLG2pWPXM&imgurl=http://1.bp.blogspot.com/-bbrniVc38Pc/UA__6ifdgXI/AAAAAAAAAa8/j5sQLtlmJW4/s1600/Crianasbrincando.jpg&w=640&h=425&ei=20P1UNCPI4qQhQefpICYBQ&zoom=1&iact=rc&dur=596&sig=115360019230182871531&page=1&tbnh=139&tbnw=196&start=0&ndsp=34&ved=1t:429,r:0,s:0,i:81&tx=108&ty=267&biw=1440&bih=809)

**Imagem6-** [http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7a+a+brincar&hl=pt-PT&tbo=d&noj=1&tbm=isch&tbnid=5bTGYPsxf3GmlM:&imgrefurl=http://bemviver.me/2012/03/13/resgatando-as-brincadeiras-de-criancas-como-e-bom/&docid=V0WqDsPKhhC5kM&imgurl=http://compubrasil.files.wordpress.com/2012/03/crianc3a7as-brincando-piscina-bolinhas.jpg&w=400&h=266&ei=wEL1UO\\_qG8ODhQeC1IH4BQ&zoom=1&iact=rc&dur=528&sig=115360019230182871531&page=1&tbnh=144&tbnw=233&start=0&ndsp=28&ved=1t:429,r:16,s:0,i:195&tx=111&ty=81&biw=1440&bih=809](http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7a+a+brincar&hl=pt-PT&tbo=d&noj=1&tbm=isch&tbnid=5bTGYPsxf3GmlM:&imgrefurl=http://bemviver.me/2012/03/13/resgatando-as-brincadeiras-de-criancas-como-e-bom/&docid=V0WqDsPKhhC5kM&imgurl=http://compubrasil.files.wordpress.com/2012/03/crianc3a7as-brincando-piscina-bolinhas.jpg&w=400&h=266&ei=wEL1UO_qG8ODhQeC1IH4BQ&zoom=1&iact=rc&dur=528&sig=115360019230182871531&page=1&tbnh=144&tbnw=233&start=0&ndsp=28&ved=1t:429,r:16,s:0,i:195&tx=111&ty=81&biw=1440&bih=809)

**Imagem7-** <http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7a+a+nadar&hl=pt-PT&tbo=d&noj=1&tbm=isch&tbnid=baoxTYWQurtiNM:&imgrefurl=http://osolalguernooeste.blogspot.com/2011/11/so-faltava-nadar.html&docid=UZTt5pXJYA1ItM&imgurl=http://1.bp.blogspot.com/--JpHEVjfcU/Ts-qVRI-7MI/AAAAAAAAB1w/-OgS6w-Dd2c/s1600/nadar.jpg&w=1024&h=768&ei=AET1UJaoMYm2hQfKw4BI&zoom=1&iact=rc&dur=558&sig=115360019230182871531&page=1&tbnh=128&tbnw=167&start=0&ndsp=36&ved=1t:429,r:30,s:0,i:177&tx=99&ty=19&biw=1440&bih=809>

**Imagem8-** <http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7a+no+karat%C3%A9&hl=pt-PT&tbo=d&noj=1&tbm=isch&tbnid=OJkEhJ->



izyVtmM:&imgrefurl=http://www.fibromialgia.com.br/novosite/index.php%3Fmodulo%3Dpacientes\_saude%26id\_mat%3D5&docid=SgXRIHZSivFmMM&imgurl=http://www.fibromialgia.com.br/images/up/karate.jpg&w=170&h=164&ei=T0T1UITxMdOzhAfniYD4Dg&zoom=1&iact=hc&vpx=1123&vpy=438&dur=42&hovh=131&hovw=136&tx=100&ty=79&sig=115360019230182871531&page=1&tbnh=131&tbnw=136&start=0&ndsp=33&ved=1t:429,r:31,s:0,i:180&biw=1440&bih=809

**Imagem9-** <http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7a+comendo+bala&hl=pt-PT&tbo=d&noj=1&tbm=isch&tbnid=bChZB->

HruDnt9M:&imgrefurl=http://www.blogdabelinha.com.br/page/7/&docid=cyEkirhdE0z9uM&imgurl=http://www.blogdabelinha.com.br/wp-content/uploads/2012/04/doces-crianca.jpg&w=485&h=303&ei=D031UPGCI4KKhQfWqYD4Dg&zoom=1&iact=rc&dur=447&sig=115360019230182871531&page=1&tbnh=139&tbnw=215&start=0&ndsp=34&ved=1t:429,r:13,s:0,i:122&tx=95&ty=80&biw=1440&bih=809

#### **Imagem10-**

[http://www.google.pt/imgres?imgurl=http://www.xalingo.com.br/blog/wp-content/uploads/2011/05/beneficios-da-dan%C3%A7a-para-crian%C3%A7as.jpg&imgrefurl=http://www.xalingo.com.br/blog/2011/05/beneficios-da-danca-na-educacao-infantil/&usg=\\_\\_SeAjEZyJP-VS7Y4JZd4As6PM8QQ=&h=427&w=640&sz=96&hl=pt-PT&start=0&zoom=1&tbnid=RSb25rgf76rldM:&tbnh=140&tbnw=210&ei=Plr1UN6cBojJhAftiYDQDA&itbs=1&iact=hc&vpx=4&vpy=167&dur=680&hovh=183&hovw=275&tx=104&ty=74&sig=115360019230182871531&page=1&ndsp=3&ved=1t:429,r:0,s:0,i:58](http://www.google.pt/imgres?imgurl=http://www.xalingo.com.br/blog/wp-content/uploads/2011/05/beneficios-da-dan%C3%A7a-para-crian%C3%A7as.jpg&imgrefurl=http://www.xalingo.com.br/blog/2011/05/beneficios-da-danca-na-educacao-infantil/&usg=__SeAjEZyJP-VS7Y4JZd4As6PM8QQ=&h=427&w=640&sz=96&hl=pt-PT&start=0&zoom=1&tbnid=RSb25rgf76rldM:&tbnh=140&tbnw=210&ei=Plr1UN6cBojJhAftiYDQDA&itbs=1&iact=hc&vpx=4&vpy=167&dur=680&hovh=183&hovw=275&tx=104&ty=74&sig=115360019230182871531&page=1&ndsp=3&ved=1t:429,r:0,s:0,i:58)

#### **Imagem 11-**

[http://www.google.pt/imgres?imgurl=http://farm4.staticflickr.com/3356/3265424118\\_0a1c6520a1.jpg&imgrefurl=http://www.flickr.com/groups/special\\_photos/\\_pool/page46/&h=333&w=500&sz=133&tbnid=7SpWH3-9kSZUrM&tbnh=183&tbnw=275&zoom=1&usg=\\_\\_HrVjD0dzxhMKogpdiHz4VzXuUDU=&hl=pt-PT&sa=X&ei=yVn1UPrQIpCRhQe\\_yYDwAw&ved=0CCKQ8g0](http://www.google.pt/imgres?imgurl=http://farm4.staticflickr.com/3356/3265424118_0a1c6520a1.jpg&imgrefurl=http://www.flickr.com/groups/special_photos/_pool/page46/&h=333&w=500&sz=133&tbnid=7SpWH3-9kSZUrM&tbnh=183&tbnw=275&zoom=1&usg=__HrVjD0dzxhMKogpdiHz4VzXuUDU=&hl=pt-PT&sa=X&ei=yVn1UPrQIpCRhQe_yYDwAw&ved=0CCKQ8g0)

**Imagem12-**

<http://www.google.pt/imgres?q=001%3DCRIAN%C3%87A+COMENDO&um=1&hl=pt-PT&tbo=d&biw=1440&bih=809&tbm=isch&tbnid=Qrb7WFXsX94xM:&imgrefurl=http://www.dedodemoca.net/blog/livreto-para-bebes-e-criancas/&docid=9Be3y4p5cwK7pM&imgurl=http://www.dedodemoca.net/wp-content/uploads/2012/06/001CRIAN%2525C3%252587A-COMENDO.jpg&w=540&h=407&ei=Hlj1UJzODM2ZhQfO1ICYDg&zoom=1&iact=rc&dur=367&sig=115360019230182871531&page=1&tbnh=145&tbnw=198&start=0&ndsp=38&ved=1t:429,r:0,s:0,i:78&tx=131&ty=68>

**Imagem13-**

[http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7a+comendo+gelado&start=83&hl=pt-PT&tbo=d&biw=1440&bih=809&tbm=isch&tbnid=JG64kW4YIzLQ1M:&imgrefurl=http://dianasaid.com/category/saude-e-boa-forma/&docid=\\_zKKwTSWpYPI5M&imgurl=http://dianasaid.files.wordpress.com/2012/05/child\\_carrot\\_420-420x0.jpg&w=420&h=278&ei=MEEn1UKSwOlnPhAfNslGgDQ&zoom=1&iact=hc&vpx=599&vpy=222&dur=416&hovh=183&hovw=276&tx=144&ty=77&sig=115360019230182871531&page=3&tbnh=139&tbnw=210&ndsp=44&ved=1t:429,r:23,s:100,i:73](http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7a+comendo+gelado&start=83&hl=pt-PT&tbo=d&biw=1440&bih=809&tbm=isch&tbnid=JG64kW4YIzLQ1M:&imgrefurl=http://dianasaid.com/category/saude-e-boa-forma/&docid=_zKKwTSWpYPI5M&imgurl=http://dianasaid.files.wordpress.com/2012/05/child_carrot_420-420x0.jpg&w=420&h=278&ei=MEEn1UKSwOlnPhAfNslGgDQ&zoom=1&iact=hc&vpx=599&vpy=222&dur=416&hovh=183&hovw=276&tx=144&ty=77&sig=115360019230182871531&page=3&tbnh=139&tbnw=210&ndsp=44&ved=1t:429,r:23,s:100,i:73)

**Imagem14-**

<http://www.google.pt/imgres?q=0,,69116112,00&um=1&hl=pt-PT&tbo=d&biw=1440&bih=809&tbm=isch&tbnid=YKpgkHhs7FCVBM:&imgrefurl=http://revistacrescer.globo.com/Revista/Crescer/0,,EMI303988-10527,00.html&docid=jXA3i2voAJrQiM&imgurl=http://revistacrescer.globo.com/Revista/Crescer/foto/0,,69116112,00.jpg&w=480&h=300&ei=Ulj1UKjHD9KIhQevuYHYAQ&zoom=1&iact=rc&dur=398&sig=115360019230182871531&page=1&tbnh=135&tbnw=207&start=0&ndsp=28&ved=1t:429,r:0,s:0,i:78&tx=136&ty=36>

**Imagem15-**

<http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7as+a+andar+de+bicicleta&hl=pt-PT&tbo=d&biw=1440&bih=809&tbm=isch&tbnid=Ap7chFrbNvWzNM:&imgrefurl=http://www.saldopositivo.cgd.pt/os-vencedores-do-concurso-na-kidzania/c0028737ts/&docid=-T->

Vj4tCa3qNiM&imgurl=http://www.saldopositivo.cgd.pt/wp-content/uploads/86484081.jpg&w=506&h=338&ei=aEb1UMXWGcKYhQeMx4DwAw&z oom=1&iact=rc&dur=557&sig=115360019230182871531&page=1&tbnh=138&tbnw=197&start=0&ndsp=40&ved=1t:429,r:7,s:0,i:99&tx=126&ty=80

**Imagem16-** [http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7as+a+fazer+pilates&hl=pt-PT&tbo=d&biw=1440&bih=809&tbm=isch&tbnid=ZIVzdPvZYyGOCM:&imgrefurl=http://vidaativastudio.blogspot.com/2011/06/criancas-podem-praticar-pilates.html&docid=tLQ6wbZU1N3t\\_M&imgurl=http://4.bp.blogspot.com/-u4uL54BLzy8/Te6Fm060H1I/AAAAAAAAAs0/QjLqAkleTtk/s1600/PILATES%25252BKIDS.jpg&w=1600&h=1200&ei=jEb1ULyINcS6hAfa6ICYDg&zoom=1&iact=rc&dur=594&sig=15360019230182871531&page=1&tbnh=143&tbnw=196&start=0&ndsp=36&ved=1t:429,r:2,s:0,j:84&tx=101&ty=71](http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7as+a+fazer+pilates&hl=pt-PT&tbo=d&biw=1440&bih=809&tbm=isch&tbnid=ZIVzdPvZYyGOCM:&imgrefurl=http://vidaativastudio.blogspot.com/2011/06/criancas-podem-praticar-pilates.html&docid=tLQ6wbZU1N3t_M&imgurl=http://4.bp.blogspot.com/-u4uL54BLzy8/Te6Fm060H1I/AAAAAAAAAs0/QjLqAkleTtk/s1600/PILATES%25252BKIDS.jpg&w=1600&h=1200&ei=jEb1ULyINcS6hAfa6ICYDg&zoom=1&iact=rc&dur=594&sig=15360019230182871531&page=1&tbnh=143&tbnw=196&start=0&ndsp=36&ved=1t:429,r:2,s:0,j:84&tx=101&ty=71)

**Imagem17-** [http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7a+a+brincar&hl=pt-PT&tbo=d&noj=1&tbm=isch&tbnid=TIJ1fmpgwJ9LM:&imgrefurl=http://www.saudebeleza.org/sem-categoria/por-que-brincar-e-importante-para-as-criancas/&docid=sJ1409VgnACALM&imgurl=http://www.saudebeleza.org/wp-content/uploads/2009/10/crian%2525C3%2525A7as-brincando.jpg&w=420&h=315&ei=wEL1UO\\_qG8ODhQeC1IH4BQ&zoom=1&iact=hc&vpx=384&vpy=152&dur=657&hovh=194&hovw=259&tx=154&ty=103&sig=115360019230182871531&page=1&tbnh=138&tbnw=184&start=0&ndsp=28&ved=1t:429,r:23,s:0,i:222&biw=1440&bih=809](http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7a+a+brincar&hl=pt-PT&tbo=d&noj=1&tbm=isch&tbnid=TIJ1fmpgwJ9LM:&imgrefurl=http://www.saudebeleza.org/sem-categoria/por-que-brincar-e-importante-para-as-criancas/&docid=sJ1409VgnACALM&imgurl=http://www.saudebeleza.org/wp-content/uploads/2009/10/crian%2525C3%2525A7as-brincando.jpg&w=420&h=315&ei=wEL1UO_qG8ODhQeC1IH4BQ&zoom=1&iact=hc&vpx=384&vpy=152&dur=657&hovh=194&hovw=259&tx=154&ty=103&sig=115360019230182871531&page=1&tbnh=138&tbnw=184&start=0&ndsp=28&ved=1t:429,r:23,s:0,i:222&biw=1440&bih=809)

**Imagem 18-** [http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7a+a+brincar&hl=pt-PT&tbo=d&noj=1&tbm=isch&tbnid=TIJ1fmpgwJ9LM:&imgrefurl=http://www.saudebeleza.org/sem-categoria/por-que-brincar-e-importante-para-as-criancas/&docid=sJ1409VgnACALM&imgurl=http://www.saudebeleza.org/wp-content/uploads/2009/10/crian%2525C3%2525A7as-brincando.jpg&w=420&h=315&ei=wEL1UO\\_qG8ODhQeC1IH4BQ&zoom=1&iact=hc&vpx=384&vpy=152&dur=657&hovh=194&hovw=259&tx=154&ty=103&sig=115360019230182871531&page=1&tbnh=138&tbnw=184&start=0&ndsp=28&ved=1t:429,r:23,s:0,i:222&biw=1440&bih=809](http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7a+a+brincar&hl=pt-PT&tbo=d&noj=1&tbm=isch&tbnid=TIJ1fmpgwJ9LM:&imgrefurl=http://www.saudebeleza.org/sem-categoria/por-que-brincar-e-importante-para-as-criancas/&docid=sJ1409VgnACALM&imgurl=http://www.saudebeleza.org/wp-content/uploads/2009/10/crian%2525C3%2525A7as-brincando.jpg&w=420&h=315&ei=wEL1UO_qG8ODhQeC1IH4BQ&zoom=1&iact=hc&vpx=384&vpy=152&dur=657&hovh=194&hovw=259&tx=154&ty=103&sig=115360019230182871531&page=1&tbnh=138&tbnw=184&start=0&ndsp=28&ved=1t:429,r:23,s:0,i:222&biw=1440&bih=809)



**Imagem19-**

[http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7as+a+comer+hamburguer&hl=pt-PT&tbo=d&biw=1440&bih=809&tbn=isch&tbnid=KyzLrGDYZ57mxM:&imgrefurl=http://empresasefinancas.hsw.uol.com.br/5-itens-mcdonalds-que-nao-deram-certo.htm&docid=Z2DQeEbnw\\_lzDM&imgurl=http://static.hsw.com.br/gif/5-itens-mcdonalds-que-nao-deram-certo-1.jpg&w=260&h=390&ei=yUb1UMOWFobNhAfx-ICyAQ&zoom=1&iact=hc&vpx=381&vpy=98&dur=404&hovh=232&hovw=157&tx=128&ty=144&sig=115360019230182871531&page=1&tbnh=146&tbnw=106&start=0&ndsp=38&ved=1t:429,r:2,s:0,i:84](http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7as+a+comer+hamburguer&hl=pt-PT&tbo=d&biw=1440&bih=809&tbn=isch&tbnid=KyzLrGDYZ57mxM:&imgrefurl=http://empresasefinancas.hsw.uol.com.br/5-itens-mcdonalds-que-nao-deram-certo.htm&docid=Z2DQeEbnw_lzDM&imgurl=http://static.hsw.com.br/gif/5-itens-mcdonalds-que-nao-deram-certo-1.jpg&w=260&h=390&ei=yUb1UMOWFobNhAfx-ICyAQ&zoom=1&iact=hc&vpx=381&vpy=98&dur=404&hovh=232&hovw=157&tx=128&ty=144&sig=115360019230182871531&page=1&tbnh=146&tbnw=106&start=0&ndsp=38&ved=1t:429,r:2,s:0,i:84)

**Imagem20-**

<http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7as+a+beber+%C3%A1gua&hl=pt-PT&tbo=d&biw=1440&bih=809&tbn=isch&tbnid=NjvhCHJdHhK6fM:&imgrefurl=http://mdemulher.abril.com.br/familia/reportagem/filhos/como-identificar-se-crianca-esta-sofrendo-calculo-renal-647696.shtml&docid=2SDFBN1KBVfFOM&imgurl=http://mdemulher.abril.com.br/imagem/familia/interna-slideshow/crianca-bebendo-agua-17306.jpg&w=495&h=250&ei=5kb1UJi6MsTMhAeDmIC4Ag&zoom=1&iact=rc&dur=394&sig=115360019230182871531&page=1&tbnh=129&tbnw=256&start=0&ndsp=36&ved=1t:429,r:5,s:0,i:93&tx=70&ty=71>

**Imagem21-**

<http://www.google.pt/imgres?q=andar+de+patins&hl=pt-PT&tbo=d&biw=1440&bih=809&tbn=isch&tbnid=OU3PI20ZXunEnM:&imgrefurl=http://www.omelhordefortaleza.net/index.php/2012/09/24/de-um-role-de-patins/&docid=OMb0nOGkQO5sEM&imgurl=http://www.omelhordefortaleza.net/wp-content/uploads/2012/09/aluguel-de-patins-em-fortaleza.jpg&w=619&h=247&ei=Dkf1UNqPNYeEhQeAjoHwDA&zoom=1&iact=rc&dur=578&sig=115360019230182871531&page=2&tbnh=122&tbnw=248&start=32&ndsp=40&ved=1t:429,r:52,s:0,i:266&tx=117&ty=55>

**Imagem22-**

<http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7as+comendo+legumes&hl=pt-PT&tbo=d&biw=1440&bih=809&tbn=isch&tbnid=SP2hPPWLXUtAAM:&imgrefurl=http>

://nadafragil.com.br/aprenda-a-comer-bem-e-evitar-doencas/&docid=b7bKnvNQqT3-RM&imgurl=http://nadafragil.com.br/wp-content/uploads/Crian%2525C3%2525A7a-se-alimentando-saudavelmente.jpg&w=500&h=342&ei=TEf1UKqiLcaQhQf0voH4BA&zoom=1&iact=rc&dur=296&sig=115360019230182871531&page=2&tbnh=162&tbnw=236&start=28&ndsp=36&ved=1t:429,r:29,s:0,i:170&tx=152&ty=71

**Imagem23-** <http://www.google.pt/imgres?q=crianca-bolo-d-20110728&um=1&hl=pt-PT&sa=N&tbo=d&biw=1440&bih=809&tbnid=athfyYc8kdYi-M:&imgrefurl=http://conselhotutelardeitapetinga.blogspot.com/2011/07/criancas-estao-ingorando-mais-calorias.html&docid=7391hFUZdK66TM&imgurl=http://i1.r7.com/data/files/2C95/948F/3170/A27D/0131/7370/CB22/1648/crianca-bolo-d-20110728.jpg&w=225&h=183&ei=01b1UMjaE4KShge5kIHgCA&zoom=1&iact=rc&dur=533&sig=115360019230182871531&page=1&tbnh=146&tbnw=180&start=0&ndsp=35&ved=1t:429,r:0,s:0,i:81&tx=68&ty=88>

**Imagem 24-** [http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7a+comendo+sopa&hl=pt-PT&tbo=d&biw=1440&bih=809&tbnid=BwHnG8NUnnS8OM:&imgrefurl=http://www.portaldacrianca.com.pt/artigosa.php%3Fid%3D46&docid=KHx\\_bRUqcNkz4M&imgurl=http://www.portaldacrianca.com.pt/imagens/maravilhosasopa.jpg&w=191&h=260&ei=NEj1UOzIH4KXhQej0YGIBQ&zoom=1&iact=hc&vpx=309&vpy=123&dur=183&hovh=208&hovw=152&tx=79&ty=69&sig=115360019230182871531&page=1&tbnh=146&tbnw=101&start=0&ndsp=32&ved=1t:429,r:2,s:0,i:84](http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7a+comendo+sopa&hl=pt-PT&tbo=d&biw=1440&bih=809&tbnid=BwHnG8NUnnS8OM:&imgrefurl=http://www.portaldacrianca.com.pt/artigosa.php%3Fid%3D46&docid=KHx_bRUqcNkz4M&imgurl=http://www.portaldacrianca.com.pt/imagens/maravilhosasopa.jpg&w=191&h=260&ei=NEj1UOzIH4KXhQej0YGIBQ&zoom=1&iact=hc&vpx=309&vpy=123&dur=183&hovh=208&hovw=152&tx=79&ty=69&sig=115360019230182871531&page=1&tbnh=146&tbnw=101&start=0&ndsp=32&ved=1t:429,r:2,s:0,i:84)

#### **Imagem 25-**

<http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7a+comendo+queque+de+chocolate&hl=pt-PT&tbo=d&biw=1440&bih=809&tbnid=Tudx777MsNMwFM:&imgrefurl=https://cupcakesjoy.wordpress.com/tag/chocolate/&docid=EHn-50ggfonZNM&imgurl=http://cupcakesjoy.files.wordpress.com/2012/11/121017093616-children-eating-chocolate-cupcakes-story-top.jpg%253Fw%253D593&w=593&h=333&ei=jkj1UNHBB4y4hAel4oGIAw&zoom=1&i>

act=rc&dur=421&sig=115360019230182871531&page=2&tbnh=146&tbnw=273&start=37&ndsp=38&ved=1t:429,r:49,s:0,i:230&tx=155&ty=70

**Imagem 26-** <http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7a+comendo+pizza&hl=pt-PT&tbo=d&biw=1440&bih=809&tbnh=146&tbnw=273&start=37&ndsp=38&ved=1t:429,r:49,s:0,i:230&tx=155&ty=70>  
<http://www.agenciadebabas.com.br/crianca-pode-comer-comida-de-adulto/&docid=ag7AjkWkQSYGgM&imgurl=http://revistacrescer.globo.com/Revista/Crescer/foto/0,,53144169,00.jpg&w=480&h=377&ei=rkj1UMyGIcaohAeA7IGgDQ&zoom=1&iact=rc&dur=437&sig=115360019230182871531&page=1&tbnh=151&tbnw=202&start=0&ndsp=33&ved=1t:429,r:0,s:0,i:78&tx=80&ty=73>

**Imagem27-** <http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7a+comendo+gelado&hl=pt-PT&tbo=d&biw=1440&bih=809&tbnh=146&tbnw=273&start=37&ndsp=38&ved=1t:429,r:49,s:0,i:230&tx=155&ty=70>  
[http://tri-na-alma.blogspot.com/2011\\_01\\_01\\_archive.html&docid=o8rsQLkhgFV3\\_M&imgurl=http://1.bp.blogspot.com/\\_nJgmS9xtgQI/SQvKofRfLI/AAAAAAAAACSQ/2XgE0kAuGMg/s400/crian%2525C3%2525A7a%252Bcom%252Bsortevete.jpg&w=305&h=400&ei=zKj1ULvDCtOKhQeX-4GoDA&zoom=1&iact=hc&vpx=329&vpy=99&dur=27&hovh=257&hovw=196&tx=109&ty=108&sig=115360019230182871531&page=1&tbnh=146&tbnw=116&start=0&ndsp=42&ved=1t:429,r:2,s:0,i:84](http://tri-na-alma.blogspot.com/2011_01_01_archive.html&docid=o8rsQLkhgFV3_M&imgurl=http://1.bp.blogspot.com/_nJgmS9xtgQI/SQvKofRfLI/AAAAAAAAACSQ/2XgE0kAuGMg/s400/crian%2525C3%2525A7a%252Bcom%252Bsortevete.jpg&w=305&h=400&ei=zKj1ULvDCtOKhQeX-4GoDA&zoom=1&iact=hc&vpx=329&vpy=99&dur=27&hovh=257&hovw=196&tx=109&ty=108&sig=115360019230182871531&page=1&tbnh=146&tbnw=116&start=0&ndsp=42&ved=1t:429,r:2,s:0,i:84)

**Imagem28-** <http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7a+a+ver+televis%C3%A3o&hl=pt-PT&tbo=d&biw=1440&bih=809&tbnh=146&tbnw=273&start=37&ndsp=38&ved=1t:429,r:49,s:0,i:230&tx=155&ty=70>  
<http://saudeinfantil.blog.br/2011/09/violencia-na-tv-e-o-sono-dos-nossos-filhos/&docid=OVDJuAAcHkPvtM&imgurl=http://saudeinfantil.blog.br/wp-content/uploads/2011/09/crian%2525C3%2525A7a-tv1.jpg&w=500&h=340&ei=80j1UMz9IMqZhQeVroCoDw&zoom=1&iact=hc&vpx=358&vpy=142&dur=399&hovh=155&hovw=239&tx=99&ty=106&sig=115360019230182871531&page=1&tbnh=145&tbnw=227&start=0&ndsp=36&ved=1t:429,r:2,s:0,i:84>

**Imagem29-** <http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7a+comendo+pizza&start=152&hl=pt-PT&tbo=d&biw=1440&bih=809&tbnh=146&tbnw=273&start=37&ndsp=38&ved=1t:429,r:49,s:0,i:230&tx=155&ty=70>

PT&tbo=d&biw=1440&bih=809&tbm=isch&tbnid=iUcETovKUAhXyM:&imgrefurl=http://guiadobebe.uol.com.br/menos-refrigerantes-para-as-criancas/&docid=cLadRuHvXNxRwM&imgurl=http://guiadobebe.uol.com.br/media/34ad50a078034005bf59c303a94e106e/12/000000000000019F.jpg&w=380&h=253&ei=Ukn1UJeJKoTAhAflzYHYDg&zoom=1&iact=hc&vpx=75&vpy=412&dur=118&hovh=183&hovw=275&tx=146&ty=62&sig=115360019230182871531&page=5&tbnh=136&tbnw=201&ndsp=47&ved=1t:429,r:53,s:100,i:163

### **Imagem30-**

http://www.google.pt/imgres?q=crian%C3%A7a+comendo+batatas+fritas&hl=pt-PT&tbo=d&biw=1440&bih=809&tbm=isch&tbnid=V9sGg\_pxhiAsCM:&imgrefurl=http://bebe.abril.com.br/materia/um-vilao-chamado-sodio&docid=IIB0nN0Yf3\_3eM&imgurl=http://imgms.bebe.abril.com.br/74/materia.jpeg%253F1330977060&w=380&h=295&ei=xUn1UL\_8L8ewhAe-oYAO&zoom=1&iact=rc&dur=468&sig=115360019230182871531&page=1&tbnh=123&tbnw=156&start=0&ndsp=41&ved=1t:429,r:2,s:0,i:84&tx=64&ty=64